


**Cardápio Modelo Creches**  
**1 a 3 anos**

Ano 2025


1 Semana	Segunda	Terça		Quarta		Quinta		Sexta
<b>Desjejum 07h30</b> <b>Lanche 13h30</b>	Leite com leite pó e cacau 100% Fruta	Leite com leite em pó e cacau 100 % Bisnaguinha semi-integral com manteiga		Leite com leite em pó Fruta		Leite com leite em pó e cacau 100 % Bisnaguinha semi-integral com requeijão		Leite com leite em pó Fruta
<b>Merenda Matutino 09h30</b> <b>Vespertino 15h30</b>	Arroz, Feijão Carne moída ao molho Batata doce cozida Salada Tomate	Macarronada Frango ao molho com brócolis Salada alface Fruta		Arroz, Feijão Carne em cubos refogada Salada Pepino		Arroz, Feijão preto Farofa de legumes com ovos mexidos Salada Repolho		Arroz, Feijão Carne moída ao molho Salada de chuchu com cheiro verde
  INGREDIENTES	<b>Ing desjejum:</b> Leite UHT integral com leite em pó integral, cacau 100%, uva passa, e Melão <b>Ing merenda:</b> Arroz, feijão, carne moída, batata doce, tomate, óleo, alho, cebola, sal, limão.	<b>Ing desjejum:</b> Leite UHT integral, leite em pó integral, cacau 100% uva passa e Bisnaguinha semi integral, manteiga <b>Ing merenda:</b> Macarrão, coxa ou sobrecoxa, brócolis alface, colorau, alho, óleo, sal, cebola, limão, laranja.		<b>Ing desjejum:</b> Leite UHT integral com leite em pó integral, uva passa e Mamão <b>Ing merenda:</b> Arroz, feijão carioca, carne cubos, pepino, alho, óleo, cebola, sal.		<b>Ing desjejum:</b> Leite UHT integral, leite em pó integral, cacau 100%, uva passa, bisnaguinha semi integral, requeijão <b>Ing merenda:</b> Arroz, feijão preto, farinha de mandioca, cenoura, abobrinha, tomate, ovos de galinha, cheiro verde, repolho, alho, óleo, cebola, sal.		<b>Ing desjejum:</b> Leite UHT integral, leite em pó, banana nanica. <b>Ing merenda:</b> Arroz, feijão carioca, carne moída, chuchu, alho, óleo, cebola, sal, cheiro verde
Média	ENERGIA (KCAL)	Proteína (g)	Lipídeos (g)	Carboidratos (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Vit A (mcg)	Vit C (mg)
Semanal	304,00	13,00	8,00	44,00	163,00	155,00	230,00	20,70
Porcentagem		18,00%	25,00%	58,00%	109,00%	155,00%	365,00%	517,00%

Beatriz Mendonça Porto CRN 1 16694

Cardápio sujeito a alteração

**Cardápio Modelo Creches  
1 a 3 anos**

Ano 2025


2 Semana	Segunda	Terça		Quarta		Quinta		Sexta
<b>Desjejum 07h30</b> <b>Lanche 13h30</b>	Leite com leite em pó e cacau 100% Fruta	Leite com leite em pó e cacau 100 % Bisnaguinha semi-integral com manteiga		Leite com leite em pó Fruta		Leite com leite em pó e cacau 100 % Bisnaguinha semi-integral com requeijão		Leite batido com banana e canela
<b>Merenda Matutino 09h30</b> <b>Vespertino 15h30</b>	Sopa de macarrão com legumes e feijão	Arroz, Lentilha Carne ao molho com cenoura Salada couve Fruta		Arroz, Feijão Frango refogado com batata em cubos Salada Pepino		Feijão, Polenta com queijo Carne moída ao molho Salada de beterraba com cheiro verde		Arroz à grega Carne suína, Salada acelga
 INGREDIENTES	<b>Ing desjejum:</b> Leite UHT integral, leite em pó, cacau 100%, uva passa e maçã. <b>Ing merenda:</b> Macarrão conchinha, feijão carioca, milho verde, abobrinha, cenoura, ervilha, tomate, alho, óleo, cebola, sal	<b>Ing desjejum:</b> Leite UHT integral, leite em pó, cacau 100%, uva passa, bisnaguinha semi-integral, manteiga <b>Ing merenda:</b> Arroz, lentilha, carne cubos, cenoura, couve, tomate, colorau, cheiro verde, alho, óleo, cebola, sal, melão.		<b>Ing desjejum:</b> Leite UHT integral, leite em pó integral, uva passa, mamão. <b>Ing merenda:</b> Arroz, feijão carioca, coxa sobrecoxa, batata inglesa, pepino, alho, óleo, cebola, sal, limão, cheiro verde.		integral, leite em pó integral, cacau 100%, uva passa, bisnaguinha semi-integral, requeijão <b>Ing merenda:</b> Feijão carioca, fubá, carne moída, mussarela, beterraba, extrato de tomate, tomate, alho, óleo, cebola, sal, cheiro verde.		<b>Ing desjejum:</b> Leite UHT integral, leite em pó, banana nanica, canela. <b>Ing merenda:</b> Arroz, cenoura, pimentão, ervilha, milho verde, bisteca suína, acelga, óleo, alho, cebola, sal, cheiro verde.
<b>Média</b>	<b>ENERGIA (KCAL)</b>	<b>Proteína (g)</b>	<b>Lipídeos (g)</b>	<b>Carboidratos (g)</b>	<b>Cálcio (mg)</b>	<b>Ferro (mg)</b>	<b>Vit A (mcg)</b>	<b>Vit C (mg)</b>
<b>Semanal</b>	306,00	13,00	8,00	45,00	156,00	1,48	155,00	7,47
<b>Porcentagem</b>		17,00%	24,00%	59,00%	104,00%	148,00%	247,00%	187,00%

**Beatriz Mendonça Porto CRN 1 16694**

**Cardápio sujeito a alteração**

**Cardápio Modelo Creches**  
**1 a 3 anos**

Ano 2025


3 Semana	Segunda	Terça		Quarta		Quinta		Sexta
<b>Desjejum 07h30</b> <b>Lanche 13h30</b>	Leite com leite em pó e cacau 100% Fruta	Leite com leite em pó e cacau 100 % Bisnaguinha semi-integral com manteiga		Leite com leite em pó Fruta		Leite com leite em pó e cacau 100 % Bisnaguinha semi-integral com requeijão		Leite com leite em pó Banana
<b>Merenda Matutino 09h30</b> <b>Vespertino 15h30</b>	Arroz, Feijão tropeiro de ovos com legumes	Arroz, Feijão Filézinho ao molho com legumes Fruta		Arroz, Feijão preto Frango refogado Farofa de banana da terra Salada alface		Macarrão a bolonhesa Salada de repolho		Arroz, Feijão Frango acebolado Quiabo refogado
  INGREDIENTES	<b>Ing desjejum:</b> Leite UHT, leite em pó integral, cacau 100%, uva passa, melão. <b>Ing merenda:</b> Arroz, feijão carioca, ovos inteiro de galinha, cenoura, milho verde, tomate, alho, óleo, cebola, sal	<b>Ing desjejum:</b> Leite UHT integral, leite em pó integral, cacau 100%, uva passa, bisnaguinha semi-integral, manteiga. <b>Ing merenda:</b> Arroz, feijão carioca, filé de frango, batata inglesa, pimentão, tomate, alho, óleo, cebola, sal, cheiro verde, limão, abacaxi		<b>Ing desjejum:</b> Leite UHT integral, leite em pó integral, uva passa, mamão. <b>Ing merenda:</b> Arroz, feijão preto, coxa ou sobrecoxa, alface, colorau, farinha de mandioca, banana da terra, alho, óleo, sal, cebola, limão		<b>Ing desjejum:</b> Leite UHT integral, leite em pó integral, cacau 100%, uva passa, bisnaguinha semi-integral, requeijão. <b>Ing merenda:</b> Macarrão parafuso, carne moída, extrato de tomate, repolho, tomate, alho, óleo, cebola, sal, cheiro verde, limão.		<b>Ing desjejum:</b> Leite UHT integral, leite em pó integral, uva passa, banana nanica. <b>Ing merenda:</b> Arroz, feijão carioca, coxa sobrecoxa, quiabo, tomate, alho, óleo, cebola, sal, cheiro verde, limão..
<b>Média</b>	<b>ENERGIA (KCAL)</b>	<b>Proteína (g)</b>	<b>Lípídeos (g)</b>	<b>Carboidratos (g)</b>	<b>Cálcio (mg)</b>	<b>Ferro (mg)</b>	<b>Vit A (mcg)</b>	<b>Vit C (mg)</b>
<b>Semanal</b>	305,00	14,00	9,00	43,00	157,00	1,60	116,00	13,90
<b>Porcentagem</b>		18,00%	26,00%	56,00%	105,00%	160,00%	184,00%	348,00%

**Beatriz Mendonça Porto CRN 1 16694**

**Cardápio sujeito a alteração**

**Cardápio Modelo Creches  
1 a 3 anos**

Ano 2025


4 Semana	Segunda	Terça		Quarta		Quinta		Sexta
<b>Desjejum 07h30</b> <b>Lanche 13h30</b>	Leite com leite em pó e cacau 100% Fruta	Leite com leite em pó e cacau 100 % Bisnaguinha semi-integral com manteiga		Leite com leite em pó Fruta		Leite com leite em pó e cacau 100 % Bisnaguinha semi-integral com requeijão		Leite com leite em pó, banana, aveia e cacau
<b>Merenda Matutino 09h30</b> <b>Vespertino 15h30</b>	Arroz, Estrogonofe de frango	Arroz, feijão Frango xadrez Salada Repolho		Arroz cuiabano Salada de tomate		Canjiquinha com carne suína Salada couve Fruta		Arroz, Feijão preto Carne ao molho com legumes (batata, cebola, tomate e pimentão)
  INGREDIENTES	<b>Ing desjejum:</b> Leite UHT integral, leite em pó integral, uva passa, cacau 100%, maçã. <b>Ing merenda:</b> Arroz, filézinho de frango, tomate, extrato de tomate, creme de leite, alho, óleo, cebola, sal	<b>Ing desjejum:</b> Leite UHT integral, leite em pó integral, cacau 100%, uva passa, bisnaguinha semi integral, manteiga <b>Ing merenda:</b> Arroz, feijão carioca, coxa e sobrecoxa, pimentão, extrato de tomate, amido, repolho, alho, óleo, cebola, sal, cheiro verde		<b>Ing desjejum:</b> Leite UHT integral, leite em pó integral, uva passa, mamão. <b>Ing merenda:</b> Arroz, carne moída, tomate, extrato de tomate, banana da terra, mussarela, alho, óleo, sal, cebola, cheiro verde.		<b>Ing desjejum:</b> Leite UHT integral, leite em pó integral, cacau 100%, uva passa, bisnaguinha semi integral, requeijão <b>Ing merenda:</b> Canjiquinha, paleta suína, couve, óleo, alho, cebola, sal, limão, melancia.		<b>Ing desjejum:</b> Leite UHT integral, leite em pó integral, banana nanica, cacau 100% e aveia <b>Ing merenda:</b> Arroz, feijão preto, isca de carne, batata inglesa, tomate, pimentão, cheiro verde, alho, óleo, sal, cebola, cheiro verde.
<b>Média</b>	<b>ENERGIA (KCAL)</b>	<b>Proteína (g)</b>	<b>Lipídeos (g)</b>	<b>Carboidratos (g)</b>	<b>Cálcio (mg)</b>	<b>Ferro (mg)</b>	<b>Vit A (mcg)</b>	<b>Vit C (mg)</b>
<b>Semanal</b>	304,00	14,00	10,00	39,00	162,00	1,13	99,00	16,80
<b>Porcentagem</b>		18,00%	31,00%	51,00%	108,00%	113,00%	158,00%	421,00%

Beatriz Mendonça Porto CRN 1 16694

Cardápio sujeito a alteração

**Cardápio Modelo Creches**  
**1 a 3 anos**

Ano 2025

5 Semana	Segunda	Terça		Quarta		Quinta		Sexta
<b>Desjejum 07h30</b> <b>Lanche 13h30</b>	Leite com leite em pó e cacau 100% Fruta	Leite com leite em pó e cacau 100 % Bisnaguinha semi-integral com manteiga		Leite com leite em pó Fruta		Leite com leite em pó e cacau 100 % Bisnaguinha semi-integral com requeijão		Leite com leite em pó e cacau 100 % Fruta
<b>Merenda Matutino 09h30</b> <b>Vespertino 15h30</b>	Arroz, Feijão Carne moída refogada Salada Chuchu com cheiro verde	Sopa de grão de bico com legumes		Arroz, Feijão Carne panela ao molho Mandioca cozida Salada tomate		Arroz, Feijão preto Salada de ovos com legumes Fruta		Galinhada Salada beterraba
  INGREDIENTES	<b>Ing desjejum:</b> Leite UHT integral, leite em pó integral, cacau 100%, uva passa, melão. <b>Ing merenda:</b> Arroz, feijão carioca, carne moída, chuchu, colorau, alho, óleo, cebola, sal,	<b>Ing desjejum:</b> Leite UHT integral, cacau 100%, uva passa, bisnaguinha semi integral, manteiga <b>Ing merenda:</b> Macarrão conchinha, grão de bico cenoura, abobrinha, milho, colorau, batata inglesa, alho, óleo, cebola, sal		<b>Ing desjejum:</b> Leite UHT integral, leite em pó integral, uva passa, mamão <b>Ing merenda:</b> Arroz, feijão carioca, carne cubos, mandioca, tomate, extrato de tomate, alho, óleo, cebola, sal.		<b>Ing desjejum:</b> Leite UHT integral, leite em pó integral, cacau 100%, uva passa, bisnaguinha semi integral, requeijão. <b>Ing merenda:</b> Arroz, feijão carioca, ovos inteiro de galinha, abobrinha, tomate, cenoura, pimentão, repolho, cheiro verde, óleo, alho, cebola, sal, limão, mexerica		<b>Ing desjejum:</b> Leite UHT integral, leite em pó integral, cacau 100%, uva passa, banana nanica. <b>Ing merenda:</b> Arroz, coxa sobrecoxa, açafraão, milho, ervilha, cenoura, beterraba, alho, óleo, cebola, sal, cheiro verde.
Média	ENERGIA (KCAL)	Proteína (g)	Lipídeos (g)	Carboidratos (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Vit A (mcg)	Vit C (mg)
Semanal	303,00	13,00	9,00	43,00	159,00	1,37	142,00	7,55
Porcentagem		17,00%	26,00%	57,00%	107,00%	137,00%	227,00%	189,00%

Beatriz Mendonça Porto CRN 1 16694

Cardápio sujeito a alteração