



CARDÁPIO - Creche  
ALERGIA À PROTEÍNA DO LEITE DE VACA

AGOSTO 2024

	SEGUNDA-FEIRA 19/08	TERÇA-FEIRA 20/08	QUARTA-FEIRA 21/08	QUINTA-FEIRA 22/08	SEXTA-FEIRA 23/08
<b>TURNO MATUTINO</b>					
<b>Café da manhã 8h</b>	Pão caseiro s/ açúcar, sem leite Manteiga vegana Leite de soja quente com cacau BANANA BRANCA	Pão mini de abóbora s/ açúcar, sem leite Manteiga vegana Leite de soja quente com cacau	Pão caseiro s/ açúcar, sem leite Manteiga vegana Leite de soja quente com cacau  PONKAN	Pão de fubá s/ açúcar, sem leite Manteiga vegana Leite de soja quente com cacau  MAÇA	Browne de cacau, sem leite Leite de soja quente com cacau  BANANA BRANCA
<b>Almoço 11h</b>	Arroz Feijão Carioca Filé de frango cubos ao sugo com batata Salada: Vagem cubos Salada: Beterraba cubos	MAÇA Arroz Feijão Preto Carne moída ao sugo Com creme de ervilha partida Salada: Alface	Arroz Feijão Preto Carne Iscas ao sugo Salada: Couve flor Salada: Tomate cubos	Arroz Feijão Preto Filé de frango cubos ao sugo Seleta cozida (Brócolis e cenoura)	Arroz Feijão Carioca Estopinha (Filé de Cação, cebola, tomate) Farofa Funcional Salada: Tomate cubos Salada: Chuchu cubos
<b>TURNO VESPERTINO</b>					
<b>Café da tarde 14h</b>	Bolo de banana com farinha de aveia s/ açúcar, sem leite Leite de soja quente com cacau  PONKAN	Pão caseiro s/ açúcar, sem leite Manteiga vegana Leite de soja quente com cacau  LARANJA	Bolo de banana com farinha de aveia s/ açúcar, sem leite Leite de soja quente com cacau  PONKAN	Pudim de maisena com cacau e caldo de uva passa (leite de soja) Flocos de Milho  BANANA BRANCA	Pão de fubá s/ açúcar, sem leite Manteiga vegana Leite de soja quente com cacau  MAMÃO
<b>Jantar 16h</b>	Arroz carreteiro Feijão Preto Salada: Cenoura cubos Salada: Repolho	Polenta Filé de frango cubos ao sugo com cubos de aipim Salada: Vagem cubos Salada: Beterraba cubos	Canja de galinha (arroz, frango cubos, espinafre, batata/cenoura/chuchu, salsinha)	Arroz Feijão Preto Carne Iscas ao sugo Purê de batata Salada: Repolho	Macarronada: Macarrão Padre Nosso Ao molho bolonhesa Salada: Brócolis Salada: Chuchu cubos

Composição nutricional (média semanal de um turno)	Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	FIBRAS (g)	Vit. A (g)	Vit. C (g)	Ca (mg)	Fe (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Na (mg)
	1105,5	156,1	53,5	32,7	18,0	495,0	101,3	471,4	8,3	201,5	72,5	1724,8

**Observações:** Oferecer bastante água nos intervalos das refeições para manter as crianças hidratadas. Utilizar frutas que forem enviadas conforme disponibilidade. As refeições devem ter consistência conforme a aceitação e capacidade de mastigação de cada criança. Devem ser amassados para servir, não batidos no liquidificador para estimular a mastigação das crianças. Utilizar os legumes conforme a disponibilidade. O cardápio poderá sofrer alterações de substituição por alimentos de mesmo valor nutricional caso haja alguma intercorrência no fornecimento dos alimentos deste cardápio.



**Elaine M. Prestes**  
CRN 10 3228

**Sandra Maria Pereira**  
CRN 10 0275