



CARDÁPIO - Creche  
ALERGIA À PROTEÍNA DO LEITE DE VACA

AGOSTO 2024

	SEGUNDA-FEIRA 26/08	TERÇA-FEIRA 27/08	QUARTA-FEIRA 28/08	QUINTA-FEIRA 29/08	SEXTA-FEIRA 30/08							
			<b>TURNO MATUTINO</b>									
<b>Café da manhã 8h</b>	Feriado Municipal	Omelete Pão caseiro torrado, sem leite Leite de soja quente com cacau	Pão caseiro s/ açúcar, sem leite Manteiga vegana Leite de soja quente com cacau	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							
		MAÇA	PONKAN	MAÇA	BANANA BRANCA							
<b>Almoço 11h</b>		Arroz Feijão Preto Carne Moída ao sugo com abóbora cubos Salada: Beterraba cubos	Arroz Feijão Preto Frango cubos Farofa funcional Salada: Couve-flor Salada: Tomate cubos	Arroz Feijão Carioca Almôndega de carne c/ abobrinha ralada assada Salada: Chuchu cubinhos Salada: Alface	Arroz carreteiro Feijão Preto Seleta de legumes (batata/cenoura/tomate)							
			<b>TURNO VESPERTINO</b>									
<b>Café da tarde 14h</b>	Feriado Municipal	Bolo de banana com farinha de aveia s/ açúcar, sem leite Leite de soja quente com cacau	Pão mini de abóbora s/ açúcar, sem leite Manteiga vegana Leite de soja quente com cacau	Pudim de maisena com cacau e caldo de uva passa (leite de soja) Flocos de Milho	Pão caseiro s/ açúcar, sem leite Manteiga vegana Leite de soja quente com cacau							
		LARANJA	MAÇA	BANANA BRANCA	MAMÃO							
<b>Jantar 16h</b>		Arroz Feijão Preto Filé de frango cubos ao sugo com milho liquidificado Salada: Cenoura cubos Salada: Repolho	Arroz Feijão Carioca Carne Iscas ao sugo Purê de abóbora Salada: Alface	Sopa de macarrão conchinha, tomate, batata, abóbora, chuchu e carne iscas	Polenta Filé de frango cubos ao sugo com creme de ervilha partida Salada: Couve-flor Salada: Beterraba cubos							
<b>Composição nutricional (média semanal de um turno)</b>	<b>Energia (kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>	<b>FIBRAS (g)</b>	<b>Vit. A (g)</b>	<b>Vit. C (g)</b>	<b>Ca (mg)</b>	<b>Fe (mg)</b>	<b>Mg (mg)</b>	<b>Zn (mg)</b>	<b>Na (mg)</b>
	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