



CARDÁPIO - Creche  
ALERGIA À PROTEÍNA DO LEITE DE VACA

SETEMBRO 2024

	SEGUNDA-FEIRA 02/09	TERÇA-FEIRA 03/09	QUARTA-FEIRA 04/09	QUINTA-FEIRA 05/09	SEXTA-FEIRA 06/09							
<b>TURNO MATUTINO</b>												
<b>Café da manhã 8h</b>	Pão caseiro s/ açúcar, sem leite Manteiga vegana Leite soja quente com cacau  MAÇA	Pão mini de abóbora s/ açúcar, sem leite Manteiga vegana Leite de soja quente com cacau BANANA BRANCA	Pão caseiro s/ açúcar, sem leite Manteiga vegana Leite de soja quente com cacau  MAÇA	Browne de cacau, sem leite Leite quente com cacau ou Leite Puro  MANGA CUBOS	Pudim de maisena com cacau e caldo de uva passa (Leite de soja) Flocos de Milho  BANANA BRANCA							
<b>Almoço 11h</b>	Arroz Feijão Preto Carne moída ao sugo Farofa funcional Salada: Couve flor Salada: Beterraba cubos	Arroz Feijão Carioca Carne iscas ao sugo Com abóbora cubinhos Salada: Alface	Arroz Feijão Preto Filé de frango cubos Salada: Repolho Salada: Tomate cubos	Arroz Feijão Preto Carne Iscas ao sugo Seleta: (Batata 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>	Biscoito de Polvilho, sem leite Chocolate quente (leite de soja, cacau, canela em pau)  MANGA CUBOS	Pão caseiro s/ açúcar, sem leite Manteiga vegana Leite de soja quente com cacau MAÇA	Bolo de banana com farinha de aveia s/ açúcar, sem leite Leite de soja quente com cacau  BANANA BRANCA	Pão mini de abóbora s/ açúcar, sem leite Manteiga vegana Leite de soja quente com cacau MAMÃO	Bolo de banana com farinha de aveia s/ açúcar, sem leite Leite de soja quente com cacau LARANJA							
<b>Jantar 16h</b>	Arroz Feijão Preto Filé de frango cubos Salada: Cenoura cubos Salada: Repolho	Carne moída ao sugo Salada: Brócolis Salada: Beterraba cubos	Sopa de macarrão conchinha, tomate, abóbora, chuchu e carne iscas	Arroz Feijão Preto Filé de frango cubos Salada: Couve-flor	Macarronada: Macarrão Padre Nosso Ao molho bolonhesa Salada: Brócolis Salada: Tomate 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