



CARDÁPIO - Creche
ALERGIA À PROTEÍNA DO LEITE DE VACA- BANANA- OVO- ABACATE- PÊSSEGO

SETEMBRO 2024

	SEGUNDA-FEIRA 02/09	TERÇA-FEIRA 03/09	QUARTA-FEIRA 04/09	QUINTA-FEIRA 05/09	SEXTA-FEIRA 06/09							
TURNO MATUTINO												
Café da manhã 8h	Pão caseiro s/ açúcar, sem leite, sem ovo Manteiga vegana Leite Aptamil Pepti MAÇÃ	Pão mini de abóbora s/ açúcar, sem leite, sem ovo Manteiga vegana Leite Aptamil Pepti LARANJA LIMA	Biscoito de Polvilho sem ovo, sem leite Leite Aptamil Pepti MAÇÃ	Pão caseiro s/ açúcar, sem leite, sem ovo Manteiga vegana Leite Aptamil Pepti MANGA CUBOS	Leite Aptamil Pepti Flocos de Milho MAMÃO							
Almoço 11h	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							
TURNO VESPERTINO												
Café da tarde 14h	Biscoito de Polvilho sem ovo, sem leite Leite Aptamil Pepti MANGA CUBOS	Pão caseiro s/ açúcar, sem ovo, sem leite Manteiga vegana Leite Aptamil Pepti MAÇÃ	Biscoito de Polvilho sem ovo, sem leite Leite Aptamil Pepti MAÇÃ	Pão mini de abóbora s/ açúcar Manteiga vegana Leite Aptamil Pepti MAMÃO	Pão caseiro s/ açúcar, sem ovo, sem leite Manteiga vegana Leite Aptamil Pepti LARANJA							
Jantar 16h	Arroz Feijão Preto Filé de frango cubos Salada: Cenoura cubos Salada: Repolho	Polenta 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							
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