



CARDÁPIO - Creche
DIABETES MELLITUS

MAIO 2024

	SEGUNDA-FEIRA 13/05	TERÇA-FEIRA 14/05	QUARTA-FEIRA 15/05	QUINTA-FEIRA 16/05	SEXTA-FEIRA 17/05
TURNO MATUTINO					
Café da manhã 8h	Pão mini de abóbora s/ açúcar Manteiga Leite morno c/ cacau MAÇA COM CASCA	Pão caseiro s/ açúcar Requeijão caseiro Leite morno c/ cacau MELÃO CUBINHOS	Brownie de cacau Suco de Uva Integral MAÇA COM CASCA	Pão caseiro s/ açúcar Requeijão caseiro Leite morno c/ cacau MAMÃO	Pão mini de abóbora s/ açúcar Requeijão caseiro Leite morno c/ cacau LARANJA
Almoço 11h	Arroz integral Lentilha Carne iscas c/ abóbora cubos Salada: Repolho roxo Salada: Couve-flor	Arroz integral Feijão Carioca Filé de frango cubos com cenoura rodela Purê de abóbora Salada: Acelga tirinhas	Arroz integral Feijão Preto Carne moída ao sugo c/ batata doce cubos Salada: Alface	Arroz integral Feijão Preto Filé de frango com brócolis Salada: Repolho Salada: Beterraba cubos	Arroz integral Feijão Carioca Estopinha (Filé de Cação, cebola, tomate) Farofa Funcional Salada: Tomate/pepino cubos
TURNO VESPERTINO					
Café da tarde 14h	Bolo de banana com farinha de aveia s/ açúcar Leite morno com cacau LARANJA	logurte Natural batido com manga madura Flocos de milho MAÇA COM CASCA	BANANA CAQUI	Torta de frango c/legumes (frango/cenoura/tomate/ repolho/ salsa) Suco de Maça Integral MELÃO CUBINHOS	MANGA LARANJA
Jantar 16h	Polenta Filé de peito em cubos com ervilha partida ao sugo Seleta de legumes (batata /abóbora)	Arroz integral Feijão Preto Ovos cozidos Salada: Beterraba cubos Salada: Repolho	Arroz integral Feijão Preto Almôndega de carne c/ abobrinha ralada assada Salada: Chuchu cubos Salada: Tomate cubos	Arroz integral Feijão Preto Carne iscas ao sugo Salada Acelga tirinhas Salada: Cenoura rodela	Arroz integral Feijão Carioca Filé de frango ao sugo c/ batata doce cubos Salada: Repolho Salada: Cenoura rodela

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