



## Cozinha Piloto

Rua: Espírito Santo, nº 391 - Fone (16) 3952-3091  
Município de Pitangueiras e Ibitiúva - SP

**CARDÁPIO MÊS: AGOSTO / 2023 (CRECHE)**

**CRECHE MARIA PRECIOSA – ENSINO INFANTIL (7 – 11 meses) e (1 - 3 anos)**



Refeição	2ª Feira 31/07/2023	3ª Feira 01/08/2023	4ª Feira 02/08/2023	5ª Feira 03/08/2023	6ª Feira 04/08/2023	Média
Café da Manhã <b>BERÇÁRIO</b>		Leite puro OU Fruta	Leite puro OU Fruta	Leite puro OU Fruta	Leite puro OU Fruta	
Café da Manhã <b>M1 e M2</b>		Pão Francês com manteiga + Leite batido com abacate	Pão Francês com manteiga + Leite batido com banana	Pão Francês com manteiga + Leite batido com mamão	Pão Francês com manteiga + Leite batido com cacau 100%	
Almoço		Arroz branco + Feijão carioca + carne bovina em tiras com batata e cenoura + Salada de tomate + Maçã	Arroz branco + Feijão carioca + Carne suína acebolada + Salada de almeirão + Banana	Arroz branco + Feijão carioca + Frango em molho com batata e cenoura + Salada de Couve + Uva	Arroz branco + Feijão carioca + Carne bovina moída refogada com quiabo + Salada de alface + Goiaba	
Lanche da tarde		Melancia	Abacaxi	Tangerina	Pêra	
Jantar		Sopa de macarrão com carne bovina em tiras, batata, cenoura, chuchu e abobrinha	Risoto de carne bovina moída com vagem, cenoura e abobrinha + Feijão carioca	Sopa de feijão com macarrão, carne bovina em isca, batata, cabotiá, chuchu e abobrinha	Polenta com molho de frango e cenoura	
<b>KCAL/ Dia (Calorias)</b>		726,12	811,68	721,41	775,28	758,62
<b>Carboidratos (g)</b>		112,58	117,97	114,62	100,01	111,3
<b>Proteínas (g)</b>		28,23	39,28	28,31	34,04	32,47
<b>Lípidios (g)</b>		18,29	21,18	17,27	27,20	20,99
<b>Vitamina A (mcg)</b>		343,48	396,38	354,76	227,02	330,41
<b>Vitamina C (mg)</b>		88,05	38,98	80,25	74,36	70,41
<b>Sódio (mg)</b>		670,82	665,18	724,25	658,36	679,65
<b>Cálcio (mg)</b>		238,02	243,07	273,91	242,90	249,48
<b>Ferro (mg)</b>		3,89	4,46	3,91	3,22	3,87

**BERÇÁRIO:** ofertar uma fonte de carboidrato, uma fonte de proteína, uma fonte de legumes e frutas

\*\* a partir de 6 MESES (papa): alimentos bem cozidos, raspados ou amassados com garfo e oferecidos de colher.

\*\* 7 à 8 MESES: alimentos amassados.

\*\* 9 à 11 MESES: alimentos levemente amassados ou bem cortados em pedaços pequenos, aumentar a consistência progressivamente, gradativamente de pedaços bem pequenos até atingir a consistência normal aos 12 meses, respeitando sempre a individualidade da criança.

**Nota:** A fruta indicada poderá ser substituída, caso não esteja madura, mas deverá ser servida durante a semana. O estoque disponível (excedente) de legumes ou verduras poderá ser acrescentado em refogado e podem ocorrer mudanças devido a sazonalidade da produção no momento.

**CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÃO**

**Atenção: Proibida a alteração do cardápio sem a autorização das nutricionistas**  
Cardápio de acordo com a **RESOLUÇÃO Nº 6 DE 8 DE MAIO 2020 – FNDE**

Bruna Zago Lima  
Nutricionista - CRN3-58792



# Cozinha Piloto

Rua: Espírito Santo, nº 391 - Fone (16) 3952-3091  
Município de Pitangueiras e Ibitiúva - SP

**CARDÁPIO MÊS: AGOSTO / 2023 (CRECHE)**

**CRECHE MARIA PRECIOSA – ENSINO INFANTIL (7 – 11 meses) e (1 - 3 anos)**



Refeição	2ª Feira 07/08/2023	3ª Feira 08/08/2023	4ª Feira 09/08/2023	5ª Feira 10/08/2023	6ª Feira 11/08/2023	Média
Café da Manhã <b>BERÇÁRIO</b>	Leite puro OU Fruta	Leite puro OU Fruta	Leite puro OU Fruta	Leite puro OU Fruta	Leite puro OU Fruta	
Café da Manhã <b>M1 e M2</b>	Pão Francês com manteiga + Leite batido com cacau 100%	Pão Francês com manteiga + Leite batido com abacate	Pão Francês com manteiga + Leite batido com banana	Pão Francês com manteiga + Leite batido com morango	Pão Francês com manteiga + Leite batido com cacau 100%	
Almoço	Arroz branco + Feijão carioca + Carne bovina em cubos com batata + Salada de repolho + Melão	Arroz branco + Picadinho de frango em tiras acebolado + Feijão carioca + Salada de tomate + Mamão	Arroz branco + Feijão preto + Carne suína acebolada + Salada de couve + Abacaxi	Arroz branco + Feijão carioca + Carne bovina moída refogada com quiabo + Salada de alface + Uva	Arroz branco + Feijão carioca + Carne bovina em tiras acebolada + Salada de almeirão + Goiaba	
Lanche da tarde	Melancia	Banana	Tangerina	Maçã	Pêra	
Jantar	Macarronada com molho de carne bovina moída e cenoura	Sopa de macarrão com carne bovina cubos, batata, cenoura, chuchu e abobrinha	Polenta com molho de frango e cenoura	Torta de liquidificador com recheio de frango, cenoura, abobrinha e ervilha	Sopa de macarrão com carne bovina cubos, batata, cenoura, chuchu e abobrinha	
<b>KCAL/ Dia (Calorias)</b>	760,67	703,19	750,49	784,38	777,00	755,15
<b>Carboidratos (g)</b>	101,58	117,26	108,74	112,83	124,45	112,97
<b>Proteínas (g)</b>	36,80	23,93	33,01	35,39	31,97	32,22
<b>Lipídios (g)</b>	23,13	16,17	21,03	21,60	17,12	19,81
<b>Vitamina A (mcg)</b>	241,52	422,58	349,13	331,15	438,73	356,62
<b>Vitamina C (mg)</b>	58,09	85,39	105,10	19,73	78,74	69,41
<b>Sódio (mg)</b>	668,93	648,34	629,98	727,20	731,28	681,15
<b>Cálcio (mg)</b>	238,81	241,03	272,35	234,26	230,37	243,36
<b>Ferro (mg)</b>	4,49	3,63	3,36	4,55	3,74	3,95

**BERÇÁRIO:** ofertar uma fonte de carboidrato, uma fonte de proteína, uma fonte de legumes e frutas

\*\* a partir de 6 MESES (papa): alimentos bem cozidos, raspados ou amassados com garfo e oferecidos de colher.

\*\* 7 à 8 MESES: alimentos amassados.

\*\* 9 à 11 MESES: alimentos levemente amassados ou bem cortados em pedaços pequenos, aumentar a consistência progressivamente, gradativamente de pedaços bem pequenos até atingir a consistência normal aos 12 meses, respeitando sempre a individualidade da criança.

**Nota:** A fruta indicada poderá ser substituída, caso não esteja madura, mas deverá ser servida durante a semana. O estoque disponível (excedente) de legumes ou verduras poderá ser acrescentado em refogado e podem ocorrer mudanças devido a sazonalidade da produção no momento.

### CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÃO

Atenção: Proibida a alteração do cardápio sem a autorização das nutricionistas

Cardápio de acordo com a RESOLUÇÃO Nº 6 DE 8 DE MAIO 2020 – FNDE

Bruna Zago Lima  
Nutricionista - CRN3-58792



## Cozinha Piloto

Rua: Espírito Santo, nº 391 - Fone (16) 3952-3091  
Município de Pitangueiras e Ibitiúva - SP

**CARDÁPIO MÊS: AGOSTO / 2023 (CRECHE)**

**CRECHE MARIA PRECIOSA – ENSINO INFANTIL (7 – 11 meses) e (1 - 3 anos)**



Refeição	2ª Feira 14/08/2023	3ª Feira 15/08/2023	4ª Feira 16/08/2023	5ª Feira 17/08/2023	6ª Feira 18/08/2023	Média
Café da Manhã <b>BERÇÁRIO</b>	Leite puro OU Fruta	Leite puro OU Fruta	Leite puro OU Fruta	Leite puro OU Fruta	Leite puro OU Fruta	
Café da Manhã <b>M1 e M2</b>	Pão Francês com manteiga + Leite batido com cacau 1000%	Pão Francês com manteiga + Leite batido com abacate	Pão Francês com manteiga + Leite batido com banana	Pão Francês com manteiga + Leite batido com mamão	Pão Francês com manteiga + Leite batido com cacau 100%	
Almoço	Arroz branco + Feijão carioca + Picadinho de frango acebolado + Salada de beterraba + Laranja cortada em 4 partes	Arroz branco + Feijão carioca + Carne suína acebolada + Salada de tomate + Abacaxi	Arroz branco + Feijão carioca + Carne em bovina cubos com batata e cenoura + Salada de Couve + Mamão	Arroz branco + Feijão carioca + Frango em molho com batata e cabotiá + Salada de almeirão + Manga	Arroz branco + Feijão carioca + Carne moída refogada com vagem e cenoura + Salada de Alface + Uva	
Lanche da tarde	Melancia	Goiaba	Maçã	Banana	Morango	
Jantar	Sopa de feijão com macarrão com carne bovina em cubos, batata, cabotiá, abobrinha e chuchu	Polenta com molho de frango e cenoura	Sopa de macarrão com carne bovina em cubos, chuchu, batata, cenoura, e abobrinha	Panqueca com recheio de frango e cenoura	Polenta com molho de carne bovina moída e cenoura	
KCAL/ Dia (Calorias)	758,38	779,11	796,15	751,00	775,28	771,98
Carboidratos (g)	120,43	109,11	105,76	124,82	109,50	113,92
Proteínas (g)	26,74	37,62	27,30	27,73	36,30	31,14
Lipídios (g)	19,12	23,67	29,93	16,82	21,99	22,31
Vitamina A (mcg)	495,82	176,89	414,38	347,12	329,50	352,74
Vitamina C (mg)	26,70	78,54	98,56	71,19	79,40	70,88
Sódio (mg)	823,33	664,47	628,53	719,22	659,09	698,93
Cálcio (mg)	286,76	237,51	275,67	230,69	230,56	252,24
Ferro (mg)	3,83	3,60	3,75	3,52	4,07	3,75

**BERÇÁRIO:** ofertar uma fonte de carboidrato, uma fonte de proteína, uma fonte de legumes e frutas

\*\* a partir de 6 MESES (papa): alimentos bem cozidos, raspados ou amassados com garfo e oferecidos de colher.

\*\* 7 à 8 MESES: alimentos amassados.

\*\* 9 à 11 MESES: alimentos levemente amassados ou bem cortados em pedaços pequenos, aumentar a consistência progressivamente, gradativamente de pedaços bem pequenos até atingir a consistência normal aos 12 meses, respeitando sempre a individualidade da criança.

**Nota:** A fruta indicada poderá ser substituída, caso não esteja madura, mas deverá ser servida durante a semana. O estoque disponível (excedente) de legumes ou verduras poderá ser acrescentado em refogado e podem ocorrer mudanças devido a sazonalidade da produção no momento.

**CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÃO**

**Atenção: Proibida a alteração do cardápio sem a autorização das nutricionistas**

Cardápio de acordo com a **RESOLUÇÃO Nº 6 DE 8 DE MAIO 2020 – FNDE**

Bruna Zago Lima  
Nutricionista - CRN3-58792



# Cozinha Piloto

Rua: Espírito Santo, nº 391 - Fone (16) 3952-3091  
Município de Pitangueiras e Ibitiúva - SP

**CARDÁPIO MÊS: AGOSTO / 2023 (CRECHE)**

**CRECHE MARIA PRECIOSA – ENSINO INFANTIL (7 – 11 meses) e (1 - 3 anos)**



Refeição	2ª Feira 21/08/2023	3ª Feira 22/08/2023	4ª Feira 23/08/2023	5ª Feira 24/08/2023	6ª Feira 25/08/2023	Média
Café da Manhã <b>BERÇÁRIO</b>	Leite puro OU Fruta	Leite puro OU Fruta	Leite puro OU Fruta	Leite puro OU Fruta	Leite puro OU Fruta	
Café da Manhã <b>M1 e M2</b>	Pão Francês com manteiga + Leite batido com cacau 1000%	Pão Francês com manteiga + Leite batido com abacate	Pão Francês com manteiga + Leite batido com banana	Pão Francês com manteiga + Leite batido com mamão	Biscoito de polvilho + Leite batido com cacau 100%	
Almoço	Arroz branco + Feijão carioca + Carne bovina em cubos com mandioca + Salada de pepino + Melancia	Arroz branco + Feijão carioca + Frango sassami acebolado com quiabo + Salada de tomate cereja + Mamão	Arroz branco + Feijão Carioca + Carne suína acebolada + Salada de couve + Manga	Arroz branco + Feijão carioca + Carne bovina moída refogada com vagem + Salada de rúcula + Melão	Arroz branco + Feijão carioca + Carne bovina em cubos com batata + Salada de almeirão + Uva	
Lanche da tarde	Abacaxi	Maçã	Tangerina	Banana	Goiaba	
Jantar	Sopa de macarrão com carne bovina em cubos, batata, cenoura, chuchu e abobrinha	Polenta com molho de carne moída e cenoura	Sopa de feijão com macarrão, carne bovina em cubos, batata, cabotiá, chuchu, e abobrinha	Polenta com molho de frango e cenoura	Lanche com molho de carne moída bovina e cenoura + Suco de polpa de fruta natural	
KCAL/ Dia (Calorias)	718,62	750,20	786,69	785,59	711,16	750,45
Carboidratos (g)	111,96	120,01	111,79	109,26	110,88	112,78
Proteínas (g)	28,77	25,53	35,97	38,51	29,41	31,64
Lipídios (g)	17,48	19,46	22,15	22,24	17,31	19,73
Vitamina A (mcg)	276,02	410,78	312,51	19649,29	436,90	4217,1
Vitamina C (mg)	49,60	81,43	121,65	30,25	80,35	72,66
Sódio (mg)	694,94	699,60	667,32	660,81	694,07	683,35
Cálcio (mg)	247,72	236,74	271,48	245,59	230,17	246,34
Ferro (mg)	3,88	3,70	3,71	4,57	3,51	3,87

**BERÇÁRIO:** ofertar uma fonte de carboidrato, uma fonte de proteína, uma fonte de legumes e frutas

\*\* a partir de 6 MESES (papa): alimentos bem cozidos, raspados ou amassados com garfo e oferecidos de colher.

\*\* 7 à 8 MESES: alimentos amassados.

\*\* 9 à 11 MESES: alimentos levemente amassados ou bem cortados em pedaços pequenos, aumentar a consistência progressivamente, gradativamente de pedaços bem pequenos até atingir a consistência normal aos 12 meses, respeitando sempre a individualidade da criança.

**Nota:** A fruta indicada poderá ser substituída, caso não esteja madura, mas deverá ser servida durante a semana. O estoque disponível (excedente) de legumes ou verduras poderá ser acrescentado em refogado e podem ocorrer mudanças devido a sazonalidade da produção no momento.

**CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÃO**

**Atenção: Proibida a alteração do cardápio sem a autorização das nutricionistas**

Cardápio de acordo com a **RESOLUÇÃO Nº 6 DE 8 DE MAIO 2020 – FNDE**

Bruna Zago Lima  
Nutricionista - CRN3-58792



# Cozinha Piloto

Rua: Espírito Santo, nº 391 - Fone (16) 3952-3091  
Município de Pitangueiras e Ibitiúva - SP

**CARDÁPIO MÊS: AGOSTO / 2023 (CRECHE)**

**CRECHE MARIA PRECIOSA – ENSINO INFANTIL (7 – 11 meses) e (1 - 3 anos)**



Refeição	2ª Feira 28/08/2023	3ª Feira 29/08/2023	4ª Feira 30/08/2023	5ª Feira 31/08/2023	6ª Feira 01/09/2023	Média
Café da Manhã <b>BERÇÁRIO</b>	Leite puro OU Fruta	Leite puro OU Fruta	Leite puro OU Fruta	Leite puro OU Fruta	Leite puro OU Fruta	
Café da Manhã <b>M1 e M2</b>	Pão Francês com manteiga + Leite batido com cacau 1000%	Pão Francês com manteiga + Leite batido com abacate	Pão Francês com manteiga + Leite batido com banana	Pão Francês com manteiga + Leite batido com mamão	Pão Francês com manteiga + Leite batido com cacau 1000%	
Almoço	Arroz branco + Feijão carioca + Omelete de forno com abobrinha, tomate e cenoura + Salada de acelga + Melancia	Arroz branco + Feijão carioca + Tilápia em molho com batata, cenoura e pimentões + Salada de tomate + Abacaxi	Arroz branco + Feijão carioca + Carne bovina em iscas com batata e cenoura + Salada de almeirão + Morango	Arroz branco + Feijão carioca + Carne suína acebolada + Salada de couve + Manga	Arroz branco + Feijão carioca + Frango em molho com batata e cenoura + Salada de alface + Melão	
Lanche da tarde	Melão	Pêra	Laranja cortada em 4 partes	Banana	Maçã	
Jantar	Polenta com molho de carne moída e cenoura	Sopa de macarrão com carne cubos, batata, cenoura, chuchu e abobrinha	Macarronada com molho de frango, ervilha e cenoura	Polenta com molho de carne bovina moída e cenoura	Sopa de macarrão com carne bovina em cubos, batata, cenoura, chuchu e abobrinha	
KCAL/ Dia (Calorias)	776,21	770,24	788,74	813,56	707,23	771,2
Carboidratos (g)	117,28	111,21	120,23	124,14	108,83	116,34
Proteínas (g)	32,09	35,31	36,14	34,13	28,05	33,14
Lipídios (g)	20,47	20,46	17,85	21,07	18,11	19,59
Vitamina A (mcg)	341,12	362,55	408,73	194,14	330,47	327,4
Vitamina C (mg)	53,92	79,97	107,77	82,32	29,50	70,7
Sódio (mg)	659,44	717,84	791,00	574,98	761,83	701,02
Cálcio (mg)	248,12	249,52	249,77	242,78	225,06	243,05
Ferro (mg)	4,44	4,72	3,93	3,34	3,57	4

**BERÇÁRIO:** ofertar uma fonte de carboidrato, uma fonte de proteína, uma fonte de legumes e frutas

\*\* a partir de 6 MESES (papa): alimentos bem cozidos, raspados ou amassados com garfo e oferecidos de colher.

\*\* 7 à 8 MESES: alimentos amassados.

\*\* 9 à 11 MESES: alimentos levemente amassados ou bem cortados em pedaços pequenos, aumentar a consistência progressivamente, gradativamente de pedaços bem pequenos até atingir a consistência normal aos 12 meses, respeitando sempre a individualidade da criança.

**Nota:** A fruta indicada poderá ser substituída, caso não esteja madura, mas deverá ser servida durante a semana. O estoque disponível (excedente) de legumes ou verduras poderá ser acrescentado em refogado e podem ocorrer mudanças devido a sazonalidade da produção no momento.

**CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÃO**

**Atenção: Proibida a alteração do cardápio sem a autorização das nutricionistas**

Cardápio de acordo com a **RESOLUÇÃO Nº 6 DE 8 DE MAIO 2020 – FNDE**

Bruna Zago Lima  
Nutricionista - CRN3-58792



## Cozinha Piloto

Rua: Espírito Santo, nº 391 - Fone (16) 3952-3091  
Município de Pitangueiras e Ibitiúva - SP

**CARDÁPIO MÊS: AGOSTO / 2023 (CRECHE)**

**CRECHE MARIA PRECIOSA – ENSINO INFANTIL (7 – 11 meses) e (1 - 3 anos)**

### OBSERVAÇÃO:

\*\* a partir de 6 MESES (papa): alimentos bem cozidos, raspados ou amassados com garfo e oferecidos de colher.

\*\* 7 à 8 MESES: alimentos amassados.

\*\* 9 à 11 MESES: alimentos levemente amassados ou bem cortados em pedaços pequenos, aumentar a consistência progressivamente, gradativamente de pedaços bem pequenos até atingir a consistência normal aos 12 meses, respeitando sempre a individualidade da criança.

CRONOGRAMA DOS HORÁRIOS DAS REFEIÇÕES – Creche Maria Preciosa				
PERIODOS	B I	B II	M I A e M I B	M I I A e M I I B
CAFÉ DA MANHÃ	7:10h	7:10h	7:10h	7:25h
ALMOÇO	10h	10h	10h	10:30h
CAFÉ DA TARDE	13h	13h	13h	13:20h
JANTAR	15h	15h	15h	15:25h

NECESSIDADES NUTRICIONAIS – CRECHE		
Programa Nacional de Alimentação Escolar – PNAE		
VALORES DE REFERÊNCIA DE ENERGIA, MACRO E MICRONUTRIENTES*		
Para Alunos de Período Integral (4 refeições): 70% das necessidades nutricionais diárias		
Categoria	Idade 7 – 11 MESES	Idade 1 A 3 ANOS
Energia (Kcal)	475	708
Carboidratos (g)	65-77	97-115
Proteínas (g)	12 -18	18-27
Lipídeos (g)	13 - 18	20- 28
Vitamina A (mcg)	350	147
Vitamina C (mg)	35	9
Cálcio (mg)	182	350
Ferro (mg)	5,0	2
Sódio (mg)	1400	1400

Bruna Zago Lima  
Nutricionista - CRN3-58792