



Cozinha Piloto

Rua: Espírito Santo, nº 391 - Fone (16) 3952-3091

Município de Pitangueiras e Ibitiúva - SP

CARDÁPIO MÊS: **AGOSTO** / 2023 (CRECHE) CRECHE NOSSA SENHORA – ENSINO INFANTIL (7 a 11 meses) e (1 a 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 BERÇÁRIO | | Leite puro OU Fruta | Leite puro OU Fruta | Leite puro OU Fruta | Leite puro OU Fruta | |
| Café da Manhã M1 e M2 | | 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 | |
| KCAL/ Dia (Calorias) | | 726,12 | 811,68 | 721,41 | 775,28 | 758,62 |
| Carboidratos (g) | | 112,58 | 117,97 | 114,62 | 100,01 | 111,3 |
| Proteínas (g) | | 28,23 | 39,28 | 28,31 | 34,04 | 32,47 |
| Lipídios (g) | | 18,29 | 21,18 | 17,27 | 27,20 | 20,99 |
| Vitamina A (mcg) | | 343,48 | 396,38 | 354,76 | 227,02 | 330,41 |
| Vitamina C (mg) | | 88,05 | 38,98 | 80,25 | 74,36 | 70,41 |
| Sódio (mg) | | 670,82 | 665,18 | 724,25 | 658,36 | 679,65 |
| Cálcio (mg) | | 238,02 | 243,07 | 273,91 | 242,90 | 249,48 |
| Ferro (mg) | | 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 NOSSA SENHORA – ENSINO INFANTIL (7 a 11 meses) e (1 a 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 BERÇÁRIO | Leite puro OU Fruta | Leite puro OU Fruta | Leite puro OU Fruta | Leite puro OU Fruta | Leite puro OU Fruta | |
| Café da Manhã M1 e M2 | 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 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 | |
| KCAL/ Dia (Calorias) | 760,67 | 703,19 | 750,49 | 784,38 | 777,00 | 755,15 |
| Carboidratos (g) | 101,58 | 117,26 | 108,74 | 112,83 | 124,45 | 112,97 |
| Proteínas (g) | 36,80 | 23,93 | 33,01 | 35,39 | 31,97 | 32,22 |
| Lípidios (g) | 23,13 | 16,17 | 21,03 | 21,60 | 17,12 | 19,81 |
| Vitamina A (mcg) | 241,52 | 422,58 | 349,13 | 331,15 | 438,73 | 356,62 |
| Vitamina C (mg) | 58,09 | 85,39 | 105,10 | 19,73 | 78,74 | 69,41 |
| Sódio (mg) | 668,93 | 648,34 | 629,98 | 727,20 | 731,28 | 681,15 |
| Cálcio (mg) | 238,81 | 241,03 | 272,35 | 234,26 | 230,37 | 243,36 |
| Ferro (mg) | 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 NOSSA SENHORA – ENSINO INFANTIL (7 a 11 meses) e (1 a 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 BERÇÁRIO | Leite puro OU Fruta | Leite puro OU Fruta | Leite puro OU Fruta | Leite puro OU Fruta | Leite puro OU Fruta | |
| Café da Manhã M1 e M2 | 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 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 NOSSA SENHORA – ENSINO INFANTIL (7 a 11 meses) e (1 a 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 BERÇÁRIO | Leite puro OU Fruta | Leite puro OU Fruta | Leite puro OU Fruta | Leite puro OU Fruta | Leite puro OU Fruta | |
| Café da Manhã M1 e M2 | 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 NOSSA SENHORA – ENSINO INFANTIL (7 a 11 meses) e (1 a 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 BERÇÁRIO | Leite puro OU Fruta | Leite puro OU Fruta | Leite puro OU Fruta | Leite puro OU Fruta | Leite puro OU Fruta | |
| Café da Manhã M1 e M2 | 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

OBSERVAÇÃO:

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 NOSSA SENHORA – ENSINO INFANTIL (7 a 11 meses) e (1 a 3 anos)

** 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 Nossa Senhora | | | | |
|--|-------|-------|---------------|-----------------|
| PERIODOS | B I | B II | M I A e M I B | M II A e M II 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