



COZINHA PILOTO

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

CARDÁPIO MÊS: **FEVEREIRO**/ 2024 (CRECHE) CRECHE MARCELO GOMES – ENSINO INFANTIL (7 a 11 meses) e (1 a 3 anos)



Horário Das Refeições	2ª Feira 05/02/2024	3ª Feira 06/02/2024	4ª Feira 07/02/2024	5ª Feira 08/02/2024	6ª Feira 09/02/2023	Média
CAFÉ DA MANHÃ BERÇARIO 7:10h às 7: 25h	Leite puro OU Fruta	Leite puro OU Fruta	Leite puro OU Fruta	Leite puro OU Fruta	Leite puro OU Fruta	
CAFÉ DA MANHÃ MI - 7:10h às 7: 25h MII - 7:25h às 7:40h	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 mamão	
ALMOÇO BI, BII e MI- 10:00h às 10:15h MII -10:30h às 10:45h	Arroz branco+ Feijão carioca+ Carne em cubos com batata e Cenoura + Salada de repolho roxo + Maçã	Arroz branco+ Feijão carioca+ Picadinho de carne suína acebolada + Salada de beterraba + laranja cortada em 4 partes	Arroz branco+ Feijão carioca + Frango em cubos com mandioquinha e cabotiá + Salada de Tomate + Tangerina	Arroz branco + Feijão carioca+ Picadinho de carne bovina em isca acebolada + salada de alface + Uva	Arroz branco + feijão carioca + Omelete com legumes (cenoura, tomate e abobrinha ralada) + Salada de couve + Manga	
CAFÉ DA TARDE BI, BII e MI- 13:00h às 13:15h MII -13:20h às 13:35h	Biscoito de polvilho + Leite batido com fruta	Abacaxi	Banana	Mamão	Pêra	
JANTAR BI, BII e MI- 15:00h às 15:15h MII -15:25h às 15:40h	Sopa de feijão com carne bovina em cubos, batata, cabotiá, chuchu, abobrinha	Galinhada (arroz, frango, cenoura e abobrinha) + Feijão carioca	Macarronada com molho de carne moída bovina, brócolis e cenoura	Polenta com molho de frango e cenoura	Sopa de macarrão com isca de carne e legumes	
KCAL/ Dia (Calorias)	688,3	697,0	737,9	745,0	701,8	714,0
Carboidratos (g)	112,7	98,6	116,9	106,7	116,6	110,3
Proteínas (g)	24,8	34,3	27,3	33,6	24,6	28,9
Lipídios (g)	16,2	18,2	18,5	20,3	16,4	17,9
Vitamina A (mcg)	170,2	347,7	145,9	291,3	453,0	281,6
Vitamina C (mg)	39,1	109,2	55,1	78,3	72,6	70,9
Sódio (mg)	604,7	587,7	644,1	611,6	686,9	627,0
Cálcio (mg)	255,6	239,6	229,1	272,2	249,9	249,3
Ferro (mg)	4,2	3,2	3,1	4,0	4,0	3,7

Não liquidificar os alimentos.

BERÇARIO: 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 a 8 MESES: alimentos amassados.

** 9 a 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 – FNE**

Michela Juliana Oliveira
Nutricionista – CRN3-56731

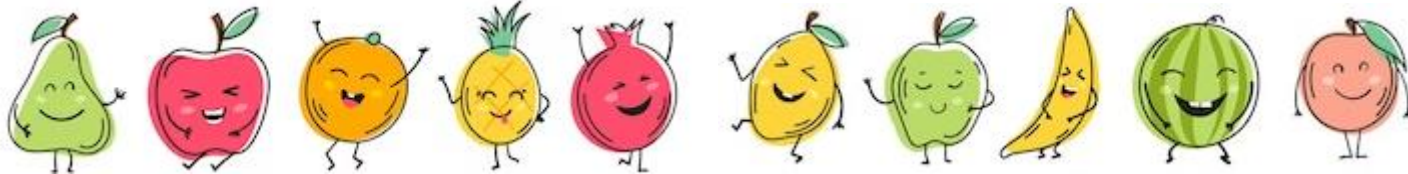
Bruna Zago Lima
Nutricionista - CRN3-58792



COZINHA PILOTO

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

CARDÁPIO MÊS: **FEVEREIRO/ 2024** (CRECHE) CRECHE MARCELO GOMES – ENSINO INFANTIL (7 a 11 meses) e (1 a 3 anos)



Horário Das Refeições	2ª Feira 12/02/2024	3ª Feira 13/02/2024	4ª Feira 14/02/2024	5ª Feira 15/02/2024	6ª Feira 16/02/2024	Média
CAFÉ DA MANHÃ BERÇARIO 7:10h às 7: 25h	PONTO FACULTATIVO		QUARTA – FEIRA DE CINZAS	Leite puro OU Fruta	Leite puro OU Fruta	
CAFÉ DA MANHÃ MI - 7:10h às 7: 25h MII - 7:25h às 7:40h				Pão Francês com manteiga + Leite batido com cacau 100%	Pão Francês com manteiga + Leite batido com mamão	
ALMOÇO BI, BII e MI- 10:00h às 10:15h MII-10:30h às 10:45h				Arroz branco+ Feijão carioca + Carne moída refogada com cenoura + Salada de chuchu com ovo + Melancia	Arroz branco + feijão preto + Carne suína acebolada+ Salada de beterraba + Pêra	
CAFÉ DA TARDE BI, BII e MI- 13:00h as 13:15h MII-13:20h às 13:35h				Melão	Abacaxi	
JANTAR BI, BII e MI- 15:00h às 15:15h MII-15:25h às 15:40h				Sopa de macarrão com frango, batata, cenoura, abobrinha e chuchu	Macarronada com molho de frango e cenoura	
KCAL/ Dia (Calorias)				694,9	795,2	761,9
Carboidratos (g)				82,7	130,2	111,8
Proteínas (g)				30,2	32,6	27,9
Lípidios (g)				27,1	16,7	23,0
Vitamina A (mcg)				294,5	236,6	4154,7
Vitamina C (mg)				20,5	64,9	57,0
Sódio (mg)				751,5	937,5	695,2
Cálcio (mg)				227,5	227,9	252,0
Ferro (mg)				3,2	3,4	3,4

Não liquidificar os alimentos.

BERÇARIO: 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 – FND

Michela Juliana Oliveira
Nutricionista – CRN3-56731

Bruna Zago Lima
Nutricionista - CRN3-58792



COZINHA PILOTO

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

CARDÁPIO MÊS: **FEVEREIRO**/ 2024 (CRECHE) CRECHE MARCELO GOMES – ENSINO INFANTIL (7 a 11 meses) e (1 a 3 anos)



Horário Das Refeições	2ª Feira 19/02/2024	3ª Feira 20/02/2024	4ª Feira 21/02/2024	5ª Feira 22/02/2024	6ª Feira 23/02/2024	Média
CAFÉ DA MANHÃ BERÇARIO 7:10h às 7: 25h	Leite puro OU Fruta	Leite puro OU Fruta	Leite puro OU Fruta	Leite puro OU Fruta	Leite puro OU Fruta	
CAFÉ DA MANHÃ MI - 7:10h às 7: 25h MII - 7:25h às 7:40h	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 mamão	Biscoito de polvilho + Leite batido com cacau 100%	
ALMOÇO BI, BII e MI- 10:00h às 10:15h MII-10:30h às 10:45h	Arroz branco + Feijão carioca + Picadinho de carne bovina em tiras acebolada + salada de repolho + Maçã	Arroz branco + Feijão carioca + Frango em tiras acebolado + Salada de beterraba + Melancia	Arroz branco+ Feijão carioca + Carne bovina em cubos com batata + Salada de alface + Tangerina	Arroz branco + Cassulê(feijão branco, carne suína, frango e batata) + salada de tomate+ Mamão	Arroz branco+ Feijão carioca + Carne suína acebolada + Salada de couve + banana	
CAFÉ DA TARDE BI, BII e MI- 13:00h as 13:15h MII-13:20h às 13:35h	Biscoito de polvilho + Leite batido com fruta	Abacaxi	Banana	Pêra	Manga	
JANTAR BI, BII e MI- 15:00h às 15:15h MII-15:25h às 15:40h	Escondidinho de mandioca com carne moída e cenoura ralada	Sopa de macarrão com carne bovina em tiras, batata, cenoura, abobrinha e chuchu	Galinhada (arroz, frango, cenoura, abobrinha e vagem) + Feijão preto	Macarronada com molho de frango e brócolis	Lanche com molho de carne moída e cenoura + Suco de fruta em polpa	
KCAL/ Dia(Calorias)	663,4	731,3	685,5	738,6	712,6	706,3
Carboidratos (g)	100,8	117,3	111,1	107,1	115,2	110,3
Proteínas (g)	25,4	27,7	25,4	35,0	24,1	27,5
Lípidios (g)	18,5	17,3	15,6	18,7	18,7	17,8
Vitamina A (mcg)	123,6	193,1	318,8	237,4	223,8	219,3
Vitamina C (mg)	84,0	9,7	20,0	78,8	70,8	52,6
Sódio (mg)	549,3	644,3	635,3	747,3	626,4	640,5
Cálcio (mg)	268,3	224,6	238,5	248,3	220,9	240,1
Ferro (mg)	15,2	4,42	3,56			3,60

Não liquidificar os alimentos.

BERÇARIO: 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

Michela Juliana Oliveira
Nutricionista – CRN3-56731

Bruna Zago Lima
Nutricionista - CRN3-58792

COZINHA PILOTO

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



CARDÁPIO MÊS: **FEVEREIRO**/ 2024 (CRECHE) CRECHE MARCELO GOMES – ENSINO INFANTIL (7 a 11 meses) e (1 a 3 anos)



Horário Das Refeições	2ª Feira 26/02/2024	3ª Feira 27/02/2024	4ª Feira 28/02/2024	5ª Feira 29/02/2024	6ª Feira 01/03/2024	Média
CAFÉ DA MANHÃ BERÇÁRIO 7:10h às 7: 25h	Leite puro OU Fruta	Leite puro OU Fruta	Leite puro OU Fruta	Leite puro OU Fruta	Leite puro OU Fruta	
CAFÉ DA MANHÃ MI - 7:10h às 7: 25h MII - 7:25h às 7:40h	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 maçã, morango e aveia	Pão Francês com manteiga + Leite batido com cacau 100%	
ALMOÇO BI, BII e MI- 10:00h às 10:15h MII-10:30h às 10:45h	Arroz branco + Feijão carioca + Picadinho de frango acebolado + Salada de beterraba + Melancia	Arroz branco + Feijão carioca + Carne suína acebolada + Salada de tomate + Abacaxi	Arroz branco + Feijão carioca + Filé de tilápia em molho com batata, cenoura e pimentões + salada de alface + Banana	Arroz branco + Feijão carioca + Carne bovina em cubos com batata + Salada de almeirão + Mamão	Arroz branco + Feijão carioca + Carne moída refogada com quiabo + Salada de almeirão + Laranja cortada em 4 partes	
CAFÉ DA TARDE BI, BII e MI- 13:00h as 13:15h MII-13:20h às 13:35h	Melão	Melancia	Kiwi	Maçã	Manga	
JANTAR BI, BII e MI- 15:00h às 15:15h MII-15:25h às 15:40h	Torta de liquidificador com recheio de carne moída com cenoura, milho e ervilha	Macarronada com molho de frango e cenoura	Sopa de macarrão com carne bovina em tiras, batata, chuchu, abobrinha e cenoura	Escondidinho de batata com carne moída e cenoura ralada	Galinhada (arroz, frango, cenoura, abobrinha e vagem) + Feijão carioca	
KCAL/ Dia(Calorias)	816,5	610,5	752,7	752,1	738,6	734,1
Carboidratos (g)	93,4	88,2	115,2	120,2	119,0	107,2
Proteínas (g)	33,5	17,4	29,2	34,6	34,0	29,7
Lipídios (g)	35,2	21,7	20,1	14,6	14,8	21,3
Vitamina A (mcg)	421,9	250,0	253,6	307,2	212,0	288,9
Vitamina C (mg)	39,3	23,4	76,8	73,7	131,0	68,8
Sódio (mg)	785,5	669,3	607,5	887,9	564,7	703,0
Cálcio (mg)	285,0	214,7	254,2	207,4	255,2	243,3
Ferro (mg)	3,7	2,1	3,2	2,5	3,4	3,0

Não liquidificar os alimentos.

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**

Michela Juliana Oliveira
Nutricionista – CRN3-56731

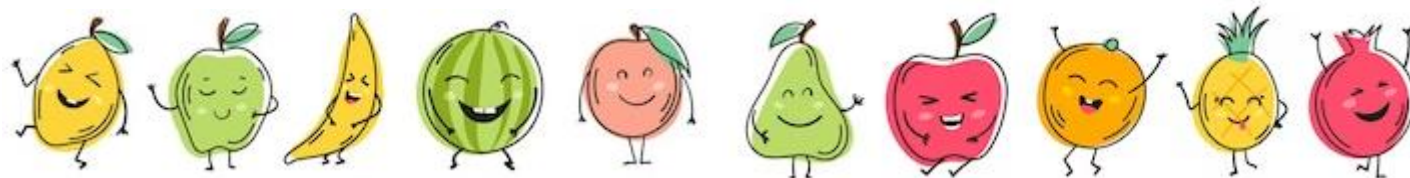
Bruna Zago Lima
Nutricionista - CRN3-58792



COZINHA PILOTO

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

CARDÁPIO MÊS: **FEVEREIRO**/ 2024 (CRECHE) CRECHE MARCELO GOMES – ENSINO INFANTIL (7 a 11 meses) e (1 a 3 anos)



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.

CRONOGRAMA DOS HORÁRIOS DAS REFEIÇÕES – CRECHE MARCELO GOMES

PERÍODOS	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
Lípideos (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

Michela Juliana Oliveira
Nutricionista – CRN3-56731

Bruna Zago Lima
Nutricionista - CRN3-58792