



Cozinha Piloto

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

CARDÁPIO MÊS: **MARÇO** / 2024 (CRECHE) CRECHE NOSSA SENHORA – 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 BERÇARIO 7:10h às 7: 25h					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%	
ALMOÇO Bi, BII e MI- 10:00h às 10:15h MII -10:30h às 10:45h					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 as 13:35h					Manga	
JANTAR Bi, BII e MI- 15:00h às 15:15h MII -15:25h às 15:40h					Galinhada (arroz, frango, cenoura, abobrinha e vagem) + Feijão carioca	
KCAL/ Dia (Calorias)					738,6	738,6
Carboidratos (g)					119,0	119,0
Proteínas (g)					34,0	34,0
Lipídios (g)					14,8	14,8
Vitamina A (mcg)					212,0	212,0
Vitamina C (mg)					131,0	131,0
Sódio (mg)					564,7	564,7
Cálcio (mg)					255,2	255,2
Ferro (mg)					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 – 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 - SP

CARDÁPIO MÊS: **MARÇO** / 2024 (CRECHE) CRECHE NOSSA SENHORA – ENSINO INFANTIL (7 a 11 meses) e (1 a 3 anos)



Horário Das Refeições	2ª Feira 04/03/2024	3ª Feira 05/03/2024	4ª Feira 06/03/2024	5ª Feira 07/03/2024	6ª Feira 08/03/2023	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 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 + Frango acebolado com quiabo + Salada de beterraba + Abacaxi	Arroz branco + Feijão carioca + Carne em cubos com batata+ Salada de acelga + Melão	Arroz branco+ Feijão carioca + frango cubos em molho com mandioquinha salsa e cenoura+ salada de brócolis+ Banana	Arroz branco+ Feijão carioca + Carne suína com batata + salada de rúcula + Pêra	Arroz branco+ Feijão carioca + Picadinho de carne bovina acebolada + salada de almeirão+ Maçã	
CAFÉ DA TARDE BI, BII e MI- 13:00h as 13:15h MII-13:20h as 13:35h	Melancia	Mamão	Uva	Laranja cortada em 4 partes	Goiaba	
JANTAR BI, BII e MI- 15:00h às 15:15h MII-15:25h às 15:40h	Sopa de feijão, macarrão, carne bovina isca, mandioquinha salsa, cenoura, abobrinha, cabotian	Escondidinho de mandioca com frango e cenoura	Risoto de carne suína com vagem e cenoura + feijão carioca	Macarronada com molho de frango, cenoura e brócolis	Polenta com molho de carne moída e cenoura	
KCAL/ Dia (Calorias)	634,9	626,4	748,5	745,9	869,4	725,0
Carboidratos (g)	95,5	96,8	124,4	102,3	96,1	103,0
Proteínas (g)	26,6	24,3	27,9	24,6	40,2	28,7
Lipídios (g)	17,1	16,2	16,5	26,9	36,4	22,6
Vitamina A (mcg)	264,4	304,7	244,0	266,0	399,2	295,6
Vitamina C (mg)	46,4	34,0	73,3	26,6	70,8	50,2
Sódio (mg)	616,2	561,1	688,1	782,1	757,3	681,0
Cálcio (mg)	268,7	224,9	272,0	229,2	239,7	246,9
Ferro (mg)	3,9	2,2	4,4	3,0	3,9	3,5

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 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 – 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 - SP

CARDÁPIO MÊS: **MARÇO** / 2024 (CRECHE) CRECHE NOSSA SENHORA – ENSINO INFANTIL (7 a 11 meses) e (1 a 3 anos)



Horário Das Refeições	2ª Feira 11/03/2024	3ª Feira 12/03/2024	4ª Feira 13/03/2024	5ª Feira 14/03/2024	6ª Feira 15/03/2024	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 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	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 + Costela com mandioca+ salada de repolho + Abacaxi	Arroz branco + Feijão carioca + Picadinho de frango acebolado + Salada de tomate + Melancia	Arroz branco + Feijão carioca + Carne bovina em cubos com batata+ salada couve + Morango	Arroz branco + Feijão carioca + Carne suína acebolada + Salada de Almeirão + Manga	Arroz branco + Feijão carioca+ Carne moída refogada com vagem + Salada de alface + Uva	
CAFÉ DA TARDE BI, BII e MI- 13:00h as 13:15h MII-13:20h as 13:35h	Pêra	Mamão	Maçã	Banana	Laranja cortada em 4 partes	
JANTAR BI, BII e MI- 15:00h às 15:15h MII-15:25h às 15:40h	Sopa de macarrão com carne bovina em tiras, batata, cenoura, chuchu, abobrinha	Polenta com molho de carne moída e cenoura	Macarronada com molho de frango em tiras, brócolis e cenoura	Arroz de forno (carne moída, cenoura, pimentão, abobrinha, brócolis, ervilha) + Feijão carioca	Sopa de feijão com macarrão carne bovina, batata, chuchu, abobrinha e cabotiá	
KCAL/ Dia (Calorias)	741,3	654,5	749,0	786,1	770,6	740,2
Carboidratos (g)	109,6	111,2	120,6	128,3	133,9	120,7
Proteínas (g)	26,8	19,8	30,2	24,2	27,9	25,8
Lipídios (g)	22,4	15,1	16,7	20,0	13,3	17,5
Vitamina A (mcg)	227,6	382,8	262,3	317,2	252,0	288,4
Vitamina C (mg)	54,5	11,6	76,0	115,3	55,0	62,6
Sódio (mg)	614,7	579,1	674,5	809,8	493,0	634,2
Cálcio (mg)	234,1	219,5	237,6	254,7	244,4	238,1
Ferro (mg)	3,1	3,2	3,8	3,0	3,1	3,2

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 – 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 - SP

CARDÁPIO MÊS: **MARÇO** / 2024 (CRECHE) CRECHE NOSSA SENHORA – ENSINO INFANTIL (7 a 11 meses) e (1 a 3 anos)



Horário Das Refeições	2ª Feira 18/03/2024	3ª Feira 19/03/2024	4ª Feira 20/03/2024	5ª Feira 21/03/2024	6ª Feira 22/03/2024	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 cacau 100%	Pão Francês com manteiga + Leite batido com abacate	Pão Francês com manteiga + Leite batido com banana e aveia	Pão Francês com manteiga + Leite batido com mamão	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 + Carne bovina em cubos com batata + Salada de pepino + Melancia	Arroz branco + Feijão carioca + Carne moída refogada com quiabo + Salada de alface + Melão	Arroz branco + Feijão preto + Picadinho de frango acebolado + salada de tomate + Tangerina	Arroz branco + Feijão carioca + Carne suína acebolada + Salada de almeirão + Uva	Arroz branco + Feijão carioca + Picadinho de carne bovina acebolada + Salada de rúcula + Laranja cortada em quatro partes	
CAFÉ DA TARDE BI, BII e MI- 13:00h as 13:15h MII-13:20h as 13:35h	Abacaxi	Manga	Banana	Maçã	Goiaba	
JANTAR BI, BII e MI- 15:00h às 15:15h MII-15:25h às 15:40h	Sopa de feijão, macarrão, carne bovina em isca, batata, chuchu, abobrinha, cabotian	Galinhada (arroz, frango, cenoura, abobrinha) + Feijão carioca	Polenta com molho de carne moída e cenoura	Panqueca com recheio de frango e cenoura ralada	Macarronada com molho de carne moída e cenoura	
KCAL/ Dia (Calorias)	604,8	713,6	712,1	672,9	823,8	705,4
Carboidratos (g)	97,6	97,9	104,9	107,5	85,0	98,6
Proteínas (g)	24,4	22,9	27,2	24,9	34,7	26,8
Lipídios (g)	13,8	27,1	20,6	16,4	38,7	23,3
Vitamina A (mcg)	251,6	248,0	239,1	244,1	384,3	273,4
Vitamina C (mg)	17,4	69,7	80,0	70,5	135,1	74,5
Sódio (mg)	593,4	661,2	614,0	593,5	700,0	632,4
Cálcio (mg)	241,6	251,2	232,9	254,4	268,8	249,8
Ferro (mg)	3,6	2,2	3,3	3,9	3,4	3,3

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 – 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 - SP

CARDÁPIO MÊS: **MARÇO** / 2024 (CRECHE) CRECHE NOSSA SENHORA – ENSINO INFANTIL (7 a 11 meses) e (1 a 3 anos)



Horário Das Refeições	2ª Feira 25/03/2024	3ª Feira 26/03/2024	4ª Feira 27/03/2024	5ª Feira 28/03/2024	6ª Feira 29/03/2023	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	FERIADO	
CAFÉ DA MANHÃ MI - 7:10h às 7: 25h MII - 7:25h às 7:40h	Pão Francês com manteiga + Leite cacau 100%	Pão Francês com manteiga + Leite batido com abacate	Pão Francês com manteiga + Leite batido com banana	Biscoito de polvilho + Leite batido com cacau 100%	FERIADO	
ALMOÇO BI, BII e MI- 10:00h às 10:15h MII-10:30h às 10:45h	Arroz branco + Feijão carioca + Carne bovina com mandioca + Salada de repolho roxo + Melão	Arroz branco + Feijão carioca + Picadinho de frango acebolado + Salada de beterraba + Pêra	Arroz branco + Feijão carioca + picadinho de carne suína acebolada + salada de couve + Maçã	Arroz branco + Feijão carioca + Filé de tilápia em molho com batata, cenoura e pimentões + Salada de almeirão + Abacaxi	FERIADO	
CAFÉ DA TARDE BI, BII e MI- 13:00h as 13:15h MII-13:20h as 13:35h	Melancia	Biscoito de polvilho + Leite batido com fruta	Banana	Mamão	FERIADO	
JANTAR BI, BII e MI- 15:00h às 15:15h MII-15:25h às 15:40h	Macarronada com molho de frango, cenoura e brócolis	Polenta com molho de carne moída e cenoura	Sopa de macarrão com carne bovina, batata, cenoura, abobrinha, chuchu	Lanche com molho de carne moída e cenoura + Suco de fruta natural em polpa	FERIADO	
KCAL/ Dia (Calorias)	663,9	699,1	849,0	798,7		752,7
Carboidratos (g)	105,2	111,2	125,7	118,8		29,7
Proteínas (g)	25,4	23,0	36,5	33,8		29,7
Lipídios (g)	16,5	18,5	22,3	21,9		19,8
Vitamina A (mcg)	298,5	19595,3	118,3	155,6		5041,9
Vitamina C (mg)	47,6	74,4	66,3	67,2		63,9
Sódio (mg)	641,6	631,4	630,9	489,4		598,3
Cálcio (mg)	275,8	236,8	239,2	263,6		253,8
Ferro (mg)	4,4	2,6	3,1	4,1		3,6

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 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 – 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 - SP

CARDÁPIO MÊS: **MARÇO** / 2024 (CRECHE) CRECHE NOSSA SENHORA – ENSINO INFANTIL (7 a 11 meses) e (1 a 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 Nossa Senhora				
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

Michela Juliana Oliveira
Nutricionista – CRN3-56731

Bruna Zago Lima
Nutricionista - CRN3-58792