



# Cozinha Piloto

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

## CARDÁPIO MÊS: **MARÇO** / 2024 (CRECHE) CRECHE PRINCESA ISABEL – ENSINO INFANTIL (7 – 11 meses) e (1 - 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
<b>CAFÉ DA MANHÃ BERÇARIO</b> 7:10h às 7: 25h					Leite puro OU Fruta	
<b>CAFÉ DA MANHÃ</b> MI - 7:10h às 7: 25h MII - 7:25h às 7:40h					Pão Francês com manteiga + Leite batido com cacau 100%	
<b>ALMOÇO</b> 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	
<b>CAFÉ DA TARDE</b> BI, BII e MI- 13:00h as 13:15h MII-13:20h as 13:35h					Manga	
<b>JANTAR</b> BI, BII e MI- 15:00h às 15:15h MII-15:25h às 15:40h					Galinhada (arroz, frango, cenoura, abobrinha e vagem) + Feijão carioca	
<b>KCAL/ Dia (Calorias)</b>					738,6	738,6
<b>Carboidratos (g)</b>					119,0	119,0
<b>Proteínas (g)</b>					34,0	34,0
<b>Lipídios (g)</b>					14,8	14,8
<b>Vitamina A (mcg)</b>					212,0	212,0
<b>Vitamina C (mg)</b>					131,0	131,0
<b>Sódio (mg)</b>					564,7	564,7
<b>Cálcio (mg)</b>					255,2	255,2
<b>Ferro (mg)</b>					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

## CARDÁPIO MÊS: **MARÇO** / 2024 (CRECHE) CRECHE PRINCESA ISABEL – ENSINO INFANTIL (7 – 11 meses) e (1 - 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
<b>CAFÉ DA MANHÃ</b> <b>BERÇARIO</b> 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	
<b>CAFÉ DA MANHÃ</b> <b>MI</b> - 7:10h às 7: 25h <b>MII</b> - 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	
<b>ALMOÇO</b> <b>BI, BII e MI-</b> 10:00h às 10:15h <b>MII</b> -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	
<b>CAFÉ DA TARDE</b> <b>BI, BII e MI-</b> 13:00h as 13:15h <b>MII</b> -13:20h as 13:35h	Melancia	Mamão	Uva	Laranja cortada em 4 partes	Goiaba	
<b>JANTAR</b> <b>BI, BII e MI-</b> 15:00h às 15:15h <b>MII</b> -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	
<b>KCAL/ Dia (Calorias)</b>	634,9	626,4	748,5	745,9	869,4	725,0
<b>Carboidratos (g)</b>	95,5	96,8	124,4	102,3	96,1	103,0
<b>Proteínas (g)</b>	26,6	24,3	27,9	24,6	40,2	28,7
<b>Lipídios (g)</b>	17,1	16,2	16,5	26,9	36,4	22,6
<b>Vitamina A (mcg)</b>	264,4	304,7	244,0	266,0	399,2	295,6
<b>Vitamina C (mg)</b>	46,4	34,0	73,3	26,6	70,8	50,2
<b>Sódio (mg)</b>	616,2	561,1	688,1	782,1	757,3	681,0
<b>Cálcio (mg)</b>	268,7	224,9	272,0	229,2	239,7	246,9
<b>Ferro (mg)</b>	3,9	2,2	4,4	3,0	3,9	3,5

**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: **MARÇO** / 2024 (CRECHE) CRECHE PRINCESA ISABEL – ENSINO INFANTIL (7 – 11 meses) e (1 - 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
<b>CAFÉ DA MANHÃ BERÇÁRIO</b> 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	
<b>CAFÉ DA MANHÃ</b> 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%	
<b>ALMOÇO</b> 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	
<b>CAFÉ DA TARDE</b> BI, BII e MI- 13:00h as 13:15h MII-13:20h as 13:35h	Pêra	Mamão	Maçã	Banana	Laranja cortada em 4 partes	
<b>JANTAR</b> 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	
<b>KCAL/ Dia (Calorias)</b>	741,3	654,5	749,0	786,1	770,6	740,2
<b>Carboidratos (g)</b>	109,6	111,2	120,6	128,3	133,9	120,7
<b>Proteínas (g)</b>	26,8	19,8	30,2	24,2	27,9	25,8
<b>Lipídios (g)</b>	22,4	15,1	16,7	20,0	13,3	17,5
<b>Vitamina A (mcg)</b>	227,6	382,8	262,3	317,2	252,0	288,4
<b>Vitamina C (mg)</b>	54,5	11,6	76,0	115,3	55,0	62,6
<b>Sódio (mg)</b>	614,7	579,1	674,5	809,8	493,0	634,2
<b>Cálcio (mg)</b>	234,1	219,5	237,6	254,7	244,4	238,1
<b>Ferro (mg)</b>	3,1	3,2	3,8	3,0	3,1	3,2

### 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: **MARÇO** / 2024 (CRECHE) CRECHE PRINCESA ISABEL – ENSINO INFANTIL (7 – 11 meses) e (1 - 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
<b>CAFÉ DA MANHÃ BERÇARIO</b> 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	
<b>CAFÉ DA MANHÃ</b> 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%	
<b>ALMOÇO</b> 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	
<b>CAFÉ DA TARDE</b> BI, BII e MI- 13:00h as 13:15h MII-13:20h as 13:35h	Abacaxi	Manga	Banana	Maçã	Goiaba	
<b>JANTAR</b> 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	
<b>KCAL/ Dia (Calorias)</b>	604,8	713,6	712,1	672,9	823,8	705,4
<b>Carboidratos (g)</b>	97,6	97,9	104,9	107,5	85,0	98,6
<b>Proteínas (g)</b>	24,4	22,9	27,2	24,9	34,7	26,8
<b>Lipídios (g)</b>	13,8	27,1	20,6	16,4	38,7	23,3
<b>Vitamina A (mcg)</b>	251,6	248,0	239,1	244,1	384,3	273,4
<b>Vitamina C (mg)</b>	17,4	69,7	80,0	70,5	135,1	74,5
<b>Sódio (mg)</b>	593,4	661,2	614,0	593,5	700,0	632,4
<b>Cálcio (mg)</b>	241,6	251,2	232,9	254,4	268,8	249,8
<b>Ferro (mg)</b>	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 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: **MARÇO** / 2024 (CRECHE) CRECHE PRINCESA ISABEL – ENSINO INFANTIL (7 – 11 meses) e (1 - 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
<b>CAFÉ DA MANHÃ BERÇÁRIO</b> 7:10h às 7: 25h	Leite puro OU Fruta	Leite puro OU Fruta	Leite puro OU Fruta	Leite puro OU Fruta	<b>FERIADO</b>	
<b>CAFÉ DA MANHÃ</b> 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%	<b>FERIADO</b>	
<b>ALMOÇO</b> 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	<b>FERIADO</b>	
<b>CAFÉ DA TARDE</b> BI, BII e MI- 13:00h às 13:15h MII-13:20h às 13:35h	Melancia	Biscoito de polvilho + Leite batido com fruta	Banana	Mamão	<b>FERIADO</b>	
<b>JANTAR</b> 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	<b>FERIADO</b>	
<b>KCAL/ Dia (Calorias)</b>	663,9	699,1	849,0	798,7		752,7
<b>Carboidratos (g)</b>	105,2	111,2	125,7	118,8		29,7
<b>Proteínas (g)</b>	25,4	23,0	36,5	33,8		29,7
<b>Lipídios (g)</b>	16,5	18,5	22,3	21,9		19,8
<b>Vitamina A (mcg)</b>	298,5	19595,3	118,3	155,6		5041,9
<b>Vitamina C (mg)</b>	47,6	74,4	66,3	67,2		63,9
<b>Sódio (mg)</b>	641,6	631,4	630,9	489,4		598,3
<b>Cálcio (mg)</b>	275,8	236,8	239,2	263,6		253,8
<b>Ferro (mg)</b>	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 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: **MARÇO** / 2024 (CRECHE) CRECHE PRINCESA ISABEL – 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 Princesa Isabel				
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

Michela Juliana Oliveira  
Nutricionista – CRN3-56731

Bruna Zago Lima  
Nutricionista - CRN3-58792