

CARDÁPIO - CRECHE

MODALIDADE DE ENSINO *Normal*

ZONA URBANA

FAIXA ETÁRIA (7 - 11 meses)

PERÍODO Integral

Agosto/2021

	2ª FEIRA 09/08	3ª FEIRA 10/08	4ª FEIRA 11/08	5ª FEIRA 12/08	6ª FEIRA 13/08
Café da Manhã 08:00 h	Fórmula infantil Mamão	Fórmula infantil Banana prata	Fórmula infantil Pêra	Fórmula infantil Maçã	Fórmula infantil Melão
Almoço 10:15 h	Arroz de carreteiro (carne moída, arroz, cenoura, tomate, cebola, pimentão, alho) Beterraba	Mandiocada (mandioca, paleta, cebola, tomate, alho) Chuchu	Feijão Mineiro (feijão preto, couve manteiga, alho, cebola) Arroz parboilizado Ovos primavera (ovos, cebola, cenoura, pimentão, cheiro verde) Couve flor	Feijão preto Purê de batata inglesa (batata inglesa, leite, manteiga) Carne suína ao molho (sobrepaleta suína, cebola, tomate, alho) Brócolis	Feijão carioca Arroz parboilizado Isclas de patinho ao molho (patinho, cebola, tomate, alho, pimentão) Cenoura cozida
Lanche da Tarde 13:45 h	Fórmula infantil Maçã assada	Fórmula infantil Melão	Fórmula infantil Abacaxi	Fórmula infantil Mamão	Fórmula infantil Banana caturra
Jantar 15:30 h	Arroz de carreteiro (carne moída, arroz, cenoura, tomate, cebola, pimentão, alho) Beterraba	Mandiocada (mandioca, paleta) Chuchu	Feijão Mineiro (feijão preto, couve manteiga, alho, cebola) Arroz parboilizado Ovos primavera (Couve flor	Feijão preto Purê de batata inglesa (batata inglesa, leite, manteiga) Carne suína ao molho (sobrepaleta suína, cebola, tomate, alho) Brócolis	Feijão carioca Arroz parboilizado Isclas de patinho ao molho (patinho, cebola, tomate, alho) Cenoura cozida

Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET				
	479 kcal	75g 63%	16g 13%	13g 25%	Mín. 350 376	Mín. 35 81	Mín. 182 196	Mín 4,8 4

Isabel Thereza Steffenon Weber Sauthier – CRN-2 12305D

Tipos de alimentos	6-7 meses (pastosas – amassadas)	8-11 meses (branda – textura macia)	Obs: os alimentos deverão ser preparados e servidos, de acordo com a tabela de consistência, por faixa etária. O leite em pó e o chá não deverão ser adoçados. O leite deverá ser diluído em água filtrada ou fervida
Carnes	Bem cozida e desfiada	Bem cozida em pedaços pequenos/ Desfiada	
Ovo	Ovo inteiro (gema e clara) - Cozido e amassado	Ovo inteiro (gema e clara) -Cozido e picado em pedaços pequenos/Mexido/ Omelete em pedaços	
Arroz/Tubérculos	Bem cozido e amassado	Bem cozido, levemente amassado	
Feijão	Amassado	Amassado	
Legumes	Cozidos e Amassados	Cozidos e picados em pedaços pequenos	
Verduras	Bem cozidas e bem picadinhas	Bem cozidas e bem picadas	
Frutas	Raspadas/ Amassadas	Pouco amassada (com pedacinhos)/ Pedacos pequenos	

* O cardápio pode sofrer alterações, sem notificação prévia, de acordo com a disponibilidade de gêneros alimentícios, principalmente maturidade de vegetais.

** Nas refeições almoço e jantar as refeições são complementadas por 1 colher de café (1 ml) de óleo de soja, exceto na preparação sopa.