

CARDÁPIO - CRECHE

MODALIDADE DE ENSINO *Normal*

ZONA URBANA

FAIXA ETÁRIA (7 - 11 meses)

PERÍODO Integral

Agosto/2021

	2ª FEIRA 02/08	3ª FEIRA 03/08	4ª FEIRA 04/08	5ª FEIRA 05/08	6ª FEIRA 06/08
Café da Manhã 08:00 h	Fórmula infantil Mamão	Fórmula infantil Banana prata	Fórmula infantil Abacaxi	Fórmula infantil Maçã	Fórmula infantil Melão
Almoço 10:15 h	Lentilha com frango e cenoura Arroz parboilizado Brócolis	Feijão preto Polenta cremosa Carne moída ao molho Beterraba	Sopa de feijão (feijão preto, cebola, tomate, cenoura, batata inglesa, paleta bovina) Cenoura cozida	Sopa de gado e legumes (peito de frango, moranga cabotiá, cenoura, abobrinha, brócolis, couve flor, batata inglesa, macarrão, arroz)	Bobó de frango (peito de frango, mandioca, leite de coco, cebola, tomate, pimentão, limão, alho, cheiro verde) Couve flor
Lanche da Tarde 13:45 h	Fórmula infantil Maçã assada	Fórmula infantil Melão	Fórmula infantil Manga	Fórmula infantil Maçã caturra	Fórmula infantil Pêra
Jantar 15:30 h	Lentilha com frango e cenoura Arroz parboilizado Brócolis	Feijão preto Polenta cremosa Carne moída ao molho Beterraba	Sopa de feijão (feijão preto, cebola, tomate, cenoura, batata inglesa, paleta bovina) Cenoura cozida	Sopa de gado e legumes (peito de frango, moranga cabotiá, cenoura, abobrinha, brócolis, couve flor, batata inglesa, macarrão, arroz)	Bobó de frango (peito de frango, mandioca, leite de coco, cebola, tomate, pimentão, limão, alho, cheiro verde) Couve flor

Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg) Mín. 350	Vit. C (mg) Mín. 35	Ca (mg) Mín. 182	Fe (mg) Mín 4,83
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET				
	477 kcal	77 g 65 %	17 g 14 %	13 g 24 %	411	64	195	4,4

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.