



CARDÁPIO CRECHE (7 - 11 meses) MÊS: ABRIL/2024

Purê de goiaba: colocar a fruta no liquidificador sem a casca com um pouco de água e triturar. Coar antes de servir. Em hipótese alguma servir resíduos de semente.

Data	CAFÉ MANHÃ (8 às 8:30 h)		LANCHE MANHÃ (9h30)		ALMOÇO (10:45 às 12 h)				
	Bebida	Kcal	Fruta	Kcal	Carne	Guarnição	Arroz	Feijão	Kcal
1 Seg	Aleitamento Materno ou Fórmula Infantil 2	111	Purê de goiaba (sem semente)	32	Iscas de coxão mole refogada picadinha	Batata doce cozida amassada	Amassado	Amassado	112
2 Ter	Aleitamento Materno ou Fórmula Infantil 2	111	Abacate amassado	48	Frango desfiado ao molho	Abobrinha cozida amassada	Amassado	Amassado	106
3 Qua	Aleitamento Materno ou Fórmula Infantil 2	111	Banana caturra amassada	55	Mignon suíno ao molho desfiado	Acelga refogada picadinha	Amassado	Amassado	112
4 Qui	Aleitamento Materno ou Fórmula Infantil 2	111	Mamão amassado	27	Iscas de patinho refogada desfiada	Aipim cozido amassado	Amassado	Amassado	113
5 Sex	Aleitamento Materno ou Fórmula Infantil 2	111	Maçã raspadinha	34	Sassami cozido desfiado	Escarola refogada picadinha	Amassado	Amassado	160
	Médias Semana 1:	111		39					121
8 Seg	Aleitamento Materno ou Fórmula Infantil 2	111	Purê de goiaba (sem semente)	32	Iscas de coxão mole refogada picadinha	Batata cozida amassada	Amassado	Amassado	109
9 Ter	Aleitamento Materno ou Fórmula Infantil 2	111	Maçã raspadinha	34	Frango desfiado ao molho	Abóbora cozida amassada	Amassado	Amassado	106
10 Qua	Aleitamento Materno ou Fórmula Infantil 2	111	Banana caturra amassada	55	Mignon suíno ao molho desfiado	Acelga refogada picadinha	Amassado	Amassado	112
11 Qui	Aleitamento Materno ou Fórmula Infantil 2	111	Mamão amassado	27	Carne moída de frango refogada	Aipim cozido amassado	Amassado	Amassado	110
12 Sex	Aleitamento Materno ou Fórmula Infantil 2	111	Abacate amassado	48	Sassami cozido desfiado	Abobrinha cozida amassada	Amassado	Amassado	106
	Médias Semana 2:	111		39					109
15 Seg	Aleitamento Materno ou Fórmula Infantil 2	111	Banana prata amassada	59	Iscas de coxão mole refogada picadinha	Batata cozida amassada	Amassado	Amassado	109
16 Ter	Aleitamento Materno ou Fórmula Infantil 2	111	Purê de goiaba (sem semente)	32	Frango desfiado ao molho	Abóbora cozida amassada	Amassado	Amassado	109
17 Qua	Aleitamento Materno ou Fórmula Infantil 2	111	Mamão amassado	27	Mignon suíno ao molho desfiado	Chuchu cozido amassado	Amassado	Amassado	108
18 Qui	Aleitamento Materno ou Fórmula Infantil 2	111	Banana caturra amassada	55	Iscas de coxão mole refogada picadinha	Couve refogada picadinha	Amassado	Amassado	112
19 Sex	Aleitamento Materno ou Fórmula Infantil 2	111	Maçã raspadinha	34	Sassami cozido desfiado	Abobrinha cozida amassada	Amassado	Amassado	106
	Médias Semana 3:	111		41					109
22 Seg	Aleitamento Materno ou Fórmula Infantil 2	111	Banana prata amassada	59	Iscas de coxão mole refogada picadinha	Batata cozida amassada	Amassado	Amassado	109
23 Ter	Aleitamento Materno ou Fórmula Infantil 2	111	Maçã raspadinha	34	Mignon suíno ao molho desfiado	Acelga refogada picadinha	Amassado	Amassado	112
24 Qua	Aleitamento Materno ou Fórmula Infantil 2	111	Banana caturra amassada	55	Frango desfiado ao molho	Chuchu cozido amassado	Amassado	Amassado	104
25 Qui	Aleitamento Materno ou Fórmula Infantil 2	111	Laranja lima picadinha	28	Carne moída de frango refogada	Brócolis refogado picadinho	Amassado	Amassado	109
26 Sex	Aleitamento Materno ou Fórmula Infantil 2	111	Mamão amassado	27	Sassami cozido desfiado	Abobrinha cozida amassada	Amassado	Amassado	106
	Médias Semana 4:	111		40					108
29 Seg	Aleitamento Materno ou Fórmula Infantil 2	111	Mamão amassado	27	Iscas de coxão mole refogada picadinha	Batata cozida amassada	Amassado	Amassado	109
30 Ter	Aleitamento Materno ou Fórmula Infantil 2	111	Laranja lima picadinha	28	Frango desfiado ao molho	Repolho refogado picadinho	Amassado	Amassado	108
Qua									
Qui									
Sex									
	Médias Semana 5:								

Médias Mensais:

111

40

112



Responsável técnico (a): Aline Gebeluka CRN 8 1992 – Elaine Fernandes Pupo CRN 8 103



CARDÁPIO CRECHE (7 - 11 meses) MÊS: ABRIL/2024

Data	LANCHE DA TARDE (13:30 às 14 h)			JANTAR (15:45 às 16:30 h)			Kcal	VET
	Bebida	Fruta	Kcal	Carne	Guarnição	Kcal		
1 Seg	Aleitamento Materno ou Fórmula Infantil 2	Laranja lima picadinha	116	Ovos mexidos	Arroz papa, Batata salsa cozida amassada	89	460	
2 Ter	Aleitamento Materno ou Fórmula Infantil 2	Banana prata amassada	148	Sassami cozido desfiado	Arroz papa, Abóbora cozida amassada	80	492	
3 Qua	Aleitamento Materno ou Fórmula Infantil 2	Maçã raspadinha	122	Carne moída de frango refogada	Polenta com legumes	92	493	
4 Qui	Aleitamento Materno ou Fórmula Infantil 2	Laranja lima picadinha	116	Peito de frango cozido desfiado	Arroz papa, Batata cozida amassada	87	454	
5 Sex	Aleitamento Materno ou Fórmula Infantil 2	Banana prata amassada	148	Peito de frango cozido desfiado	Batata cozida amassada, Chuchu cozido amassado	26	478	
	Médias Semana 1:		130			75	475	
8 Seg	Aleitamento Materno ou Fórmula Infantil 2	Laranja lima picadinha	116	Peito de frango cozido desfiado	Arroz papa, Abobrinha cozida amassada	84	453	
9 Ter	Aleitamento Materno ou Fórmula Infantil 2	Banana prata amassada	148	Omelete com cheiro-verde	Macarrão aletria cozido amassado, Batata cozida amassada	89	487	
10 Qua	Aleitamento Materno ou Fórmula Infantil 2	Abacate amassado	137	Sassami cozido desfiado	Polenta com legumes	94	509	
11 Qui	Aleitamento Materno ou Fórmula Infantil 2	Laranja lima picadinha	116	Mignon suíno ao molho desfiado	Quirera com legumes	111	475	
12 Sex	Aleitamento Materno ou Fórmula Infantil 2	Banana prata amassada	148	Isclas de patinho refogada desfiada	Arroz papa, Abóbora cozida amassada	81	493	
	Médias Semana 2:		133			92	483	
15 Seg	Aleitamento Materno ou Fórmula Infantil 2	Laranja lima picadinha	116	Mignon suíno ao molho desfiado	Polenta com legumes	100	496	
16 Ter	Aleitamento Materno ou Fórmula Infantil 2	Banana prata amassada	148	Ovos mexidos	Macarrão aletria cozido amassado, Batata cozida amassada	89	488	
17 Qua	Aleitamento Materno ou Fórmula Infantil 2	Maçã raspadinha	122	Carne moída de frango refogada	Quirera com legumes	103	470	
18 Qui	Aleitamento Materno ou Fórmula Infantil 2	Laranja lima picadinha	116	Isclas de patinho refogada desfiada	Arroz papa, Batata cozida amassada	86	480	
19 Sex	Aleitamento Materno ou Fórmula Infantil 2	Banana prata amassada	148	Peito de frango cozido desfiado	Arroz papa, Abóbora cozida amassada	82	480	
	Médias Semana 3:		130			92	483	
22 Seg	Aleitamento Materno ou Fórmula Infantil 2	Laranja lima picadinha	116	Ovos mexidos cremosos	Arroz papa, Lentilha ensopada	86	482	
23 Ter	Aleitamento Materno ou Fórmula Infantil 2	Banana prata amassada	148	Isclas de patinho refogada desfiada	Polenta com legumes	95	500	
24 Qua	Aleitamento Materno ou Fórmula Infantil 2	Mamão amassado	116	Peito de frango cozido desfiado	Arroz papa, Batata cozida amassada	85	471	
25 Qui	Aleitamento Materno ou Fórmula Infantil 2	Banana prata amassada	148	Isclas de patinho refogada desfiada	Arroz papa, Abobrinha cozida amassada	83	478	
26 Sex	Aleitamento Materno ou Fórmula Infantil 2	Laranja lima picadinha	116	Mignon suíno ao molho desfiado	Arroz, Caldinho de feijão	106	466	
	Médias Semana 4:		129			91	479	
29 Seg	Aleitamento Materno ou Fórmula Infantil 2	Laranja lima picadinha	116	Mignon suíno ao molho desfiado	Quirera com legumes	111	474	
30 Ter	Aleitamento Materno ou Fórmula Infantil 2	Banana prata amassada	148	Carne moída de frango refogada	Polenta com legumes	92	487	
Qua								
Qui								
Sex								
	Médias Semana 5:							

Médias Mensais:

130

87

480

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - CARDÁPIO CRECHE (7 A 11 MESES)

CRECHE - 70% DAS NECESSIDADES NUTRICIONAIS									
CATEGORIA	IDADE	ENERGIA (kcal)	CARBOIDRATOS (g)	PROTEÍNAS (g)	LIPÍDIOS (g)	VITAMINAS		MINERAIS	
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	25% a 35% do VET	A (mcg)	C (mg)	CÁLCIO (mg)	FERRO (mg)
CRECHE	7 -11 meses	475	65 a 77 g	12 a 18 g	13 a 18 g	350	35	182	5

RECOMENDAÇÕES DO FNDE - conforme Resolução nº 20, de 02/12/2020 que altera a Resolução nº 6, de 8/05/2020

	ENERGIA (kcal)	CARBOIDRATOS (g)	PROTEÍNAS (g)	LIPÍDIOS (g)	VITAMINAS		MINERAIS		
					A	C	CÁLCIO	FERRO	
ABRIL 2024	Semana 1	475	75	15	14	280	74	259	4
	Semana 2	483	73	15	15	240	57	258	4
	Semana 3	483	77	15	14	277	76	259	4
	Semana 4	479	75	15	14	240	77	266	5
	Semana 5								
MÉDIA MENSAL	480	75	15	14	259	71	261	4	

Responsável técnico: Aline Gebeluka CRN 8 1992 – Elaine Fernandes Pupo CRN 8 103


 Aline Gebeluka
 NUTRICIONISTA
 CRN 8 - 1992
 Alimentação Escolar - PMPO


 Elaine Fernandes Pupo
 NUTRICIONISTA
 CRN 8 - 103