



**CARDÁPIO CRECHE (1 – 3 anos) MÊS: JUNHO/2024**

Data	CAFÉ DA MANHÃ ( 8 às 8:45 h)				ALMOÇO (10:45 às 12 h)						
	Bebida	Pão /outros	Recheio	Kcal	Carne	Guarnição	Arroz	Feijão	Sobremesa	Kcal	
	<b>Médias Semana 1:</b>										
3	Seg	Chá erva cidreira	Farofa de ovos com milho e ervilha		132	Isclas de patinho ao molho c/batata	Salada de escarola		Parbo Preto	Poncã (AF)	205
4	Ter	Leite puro	Pão francês	Manteiga	166	Frango crocante (coxa/sobrecoxa)	Batata sauté		Parbo Preto	Laranja lima picada (AF)	230
5	Qua	Leite puro	Pão integral	Nata	153	Mignon suíno assado ao molho de laranja	Farofa de repolho (far mand)		Parbo Preto	Banana	265
6	Qui	Leite puro	Pão bisnaguinha	Queijo mussarela	175	Sassami picadinho ao sugo	Cenoura sauté		Parbo Preto	Mamão	187
7	Sex	<b>HTPC</b>									
		<b>Médias Semana 2:</b>				<b>157</b>					<b>222</b>
10	Seg	Mingau de aveia com banana e canela			153	Isclas de coxão mole grelhadas	Purê de batata		Parbo Preto	Poncã	250
11	Ter	Leite com cacau	Pão francês	Nata	170	Frango ensopado (coxa/sobrecoxa)	Repolho refogado		Parbo Preto	Laranja lima picada	210
12	Qua	Leite puro	Pão integral	Queijo minas	172	Mignon suíno refogado picadinho	Farofa de cenoura (far mand)		Parbo Preto	Banana	268
13	Qui	Leite puro	Pão bisnaguinha	Manteiga	164	Isclas de patinho ao molho	Salada de couve		Parbo Preto	Mamão	186
14	Sex	Leite puro	Pão caseiro	Creme de cacau/amendoim	167	Sassami ao molho branco	Farofa de milho verde (far mand)		Parbo Preto	Laranja pera	285
		<b>Médias Semana 3:</b>				<b>165</b>					<b>240</b>
17	Seg	Chá hortelã	Farofa de ovos com milho e ervilha		132	Estrogonofe bovino (coxão mole)	Batata palito assada		Parbo Preto	Poncã	238
18	Ter	Leite puro	Pão francês	Queijo mussarela	177	Frango assado (coxa/sobrecoxa)	Farofa de repolho (far mand)		Parbo Preto	Laranja lima picada	233
19	Qua	Leite com cacau	Pão integral	Manteiga	192	Mignon suíno assado ao molho de laranja	Cenoura sauté		Parbo Preto	Banana	233
20	Qui	Leite puro	Pão bisnaguinha	Nata	147	Isclas de patinho grelhadas	Couve refogada		Parbo Preto	Mamão	191
21	Sex	Leite puro	Pão caseiro	Creme de cacau/amendoim	167	Sassami picadinho ao sugo	Aipim sauté		Parbo Preto	Laranja pera	211
		<b>Médias Semana 4:</b>				<b>163</b>					<b>221</b>
24	Seg	Vitamina de frutas com aveia (banana, maçã e mamão)			158	Isclas de coxão mole aceboladas	Batata cozida c/ molho de tomate		Parbo Preto	Poncã	205
25	Ter	Leite puro	Pão francês	Nata	149	Frango ensopado (coxa/sobrecoxa)	Repolho refogado		Parbo Preto	Laranja lima picada	200
26	Qua	Leite puro	Pão integral	Creme de cacau/amendoim	188	Mignon suíno refogado picadinho	Salada de cenoura ralada		Parbo Preto	Banana	232
27	Qui	Leite com cacau	Pão bisnaguinha	Patê de ricota c/ orégano	189	Isclas de patinho ao molho	Farofa de couve (far mand)		Parbo Preto	Mamão	223
28	Sex	Leite puro	Pão caseiro	Manteiga	149	Estrogonofe de frango (sassami)	Brócolis refogado		Parbo Preto	Laranja pera	219
		<b>Médias Semana 5:</b>				<b>167</b>					<b>216</b>

**Médias Mensais:**

**163**

**225**

**Responsável técnico (a): Aline Gebeluka CRN 8 1992 – Elaine Fernandes Pupo CRN 8 1**



## INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - CARDÁPIO CRECHE (1 A 3 ANOS)

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)
<b>CRECHE</b>	<b>1 - 3 anos</b>	708	97 a 115 g	18 a 27 g	20 a 28	147	9	350	2

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

JUNHO 2024	ENERGIA (kcal)	CARBOIDRATOS (g)	PROTEÍNAS (g)	LIPÍDIOS (g)	VITAMINAS		MINERAIS	
					A	C	CÁLCIO	FERRO
	Semana 1							
Semana 2	733	104	28	24	265	57	346	5
Semana 3	716	105	27	22	255	61	304	5
Semana 4	748	106	29	24	255	60	350	5
Semana 5	706	100	27	23	221	57	327	4
<b>MÉDIA MENSAL</b>	<b>726</b>	<b>104</b>	<b>28</b>	<b>23</b>	<b>249</b>	<b>59</b>	<b>332</b>	<b>5</b>

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

### RESOLUÇÃO DO FNDE Nº 6 de 08/05/2020

Art. 18 Os cardápios devem ser planejados para atender, em média, as necessidades nutricionais estabelecidas na forma do disposto no Anexo IV desta resolução, sendo de:

**§ 8º É proibida a oferta de alimentos ultraprocessados e a adição de açúcar, mel e adoçante nas preparações culinárias e bebidas para as crianças até três anos de idade, conforme orientações do FNDE.**

### NOTA TÉCNICA Nº 1894784/2020/COSAN/CGPAE/DIRAE

#### 4. RECOMENDAÇÕES

"...faz-se urgente e necessário o ajuste de algumas condutas para o atendimento de crianças até 3 anos de idade, conforme as determinações da Resolução CD/FNDE "nº 6/2020, que seguem."

- 4.1.1. Retirar os alimentos ultraprocessados dos cardápios.
- 4.1.2. Retirar o açúcar de adição em vitaminas, sucos de fruta, leite, mingaus e preparações similares.
- 4.1.3. Retirar a bebida "café" dos cardápios.

#### Orientações para Adoçar as Preparações:

Para adoçar determinadas preparações de forma saudável, são adquiridas uvas-passas para os cardápios da creche. Banana e maçã também são ótimas opções para esta finalidade. O leite em pó também é uma boa alternativa para adoçar alguns pratos como canjica, arroz doce, mingau, etc.

É indispensável um trabalho pedagógico permanente de educação alimentar e nutricional, junto aos alunos e seus familiares para a mudança dos hábitos alimentares.