



CAFÉ DA MANHÃ (8 às 8:45 h)					ALMOÇO (10:45 às 12 h)				
Data	Bebida	Pão /outros	Recheio	Kcal	Carne	Guarnição ou Salada	Arroz	Feijão	Kcal
1 Ter	Leite puro	Pão francês	Nata c/ cheiro verde	176	Bolinho de batata com sardinha (tipo croquete)	Repolho refogado	Parbo	Preto	275
2 Qua	Chá de Frutas	Pão integral fatiado	Maionese caseira	122	Isclas de coxão mole aceboladas	Salada: beterraba	Parbo	Preto	249
3 Qui	Leite c/ canela	Bolo integral de banana e aveia	(c/uva passa)	256	Mignon suíno picadinho refogado	Batata doce assada c/orégano	Parbo	Preto	306
4 Sex	Chá de Frutas	Pão bisnaguinha	Manteiga	94	Coxa/sobrecoxa assada com queijo	Couve flor ao molho branco	Parbo	Preto	244
	Médias Semana 1:			162					268
7 Seg	RECESSO ESCOLAR								
8 Ter									
9 Qua									
10 Qui									
11 Sex									
	Médias Semana 2:								
14 Seg	RECESSO ESCOLAR								
15 Ter									
16 Qua									
17 Qui									
18 Sex									
	Médias Semana 3:								
21 Seg	RECESSO ESCOLAR								
22 Ter	Chá de Frutas	Pão francês	Nata c/ cheiro verde	96	Escondidinho de Batata com Carne Moída Refogada		Parbo	Preto	259
23 Qua	Leite puro	Pão integral fatiado	Maionese caseira	202	Carne moída suína refogada com vagem e cenoura	Maionese de Batatas	Parbo	Preto	295
24 Qui	Chá de Frutas	Bolo integral com cobertura de pasta de amendoim (c/uva passa)		175	Coxa/sobrecoxa assada	Creme de espinafre	Parbo	Preto	320
25 Sex	Leite c/ amendoim	Pão bisnaguinha	Manteiga	184	Quibe de forno recheado com legumes	Salada: beterraba	Parbo	Preto	261
	Médias Semana 4:			164					284
28 Seg	Leite quente c/ amendoim/canela	Farofa de ovos		172	Carne Moída Refogada com vagem	Batata sauté c/ cheiro verde	Parbo	Preto	269
29 Ter	Leite puro	Pão francês	Nata c/ cheiro verde	176	Frango desfiado ao sugo	Repolho refogado	Parbo	Preto	247
30 Qua	Chá de Frutas	Pão integral fatiado	Patê de Ricota	94	Isclas de coxão mole aceboladas	Salada: beterraba	Parbo	Preto	249
31 Qui	Leite puro	Bolo integral de banana e aveia	(c/uva passa)	256	Mignon suíno picadinho refogado	Batata doce assada c/orégano	Parbo	Preto	306
	Médias Semana 5:			174					268
Médias Mensais:				167					273

Responsável técnico (a): Elaine Fernandes Pupo CRN 8 103

Quadro técnico: Wagner Kloster Antunes CRN 8 9606

Elaine F. Pupo
NUTRICIONISTA
CRN 8-103

Wagner Kloster Antunes
NUTRICIONISTA
CRN 8-9606



LANCHE DA TARDE (13:30 às 14:30 h)			JANTAR (15:45 às 16:30 h)			VET	
Data	Fruta	Kcal	Salada	Carne	Guarnição	Kcal	708
1 Ter	Salada de frutas (banana, maçã, mamão, laranja)	79	Beterraba	Carne moída bovina	Arroz, Batata salsa sauté	215	745
2 Qua	Melão + maçã picados	62	Alface	Omelete com legumes	Macarrão ao alho e óleo	177	609
3 Qui	Maçã	41	Suco de frutas	Sanduíche de carne moída bovina c/cebola, alface e tomate		169	772
4 Sex	Iogurte natural batido c/ leite em pó e banana	128	Sopa de feijão (iscas de coxão mole, macarrão sopa letras, feijão, batata, repolho)			193	658
	Médias Semana 1:	77				188	696
7 Seg	RECESSO ESCOLAR						
8 Ter							
9 Qua							
10 Qui							
11 Sex							
	Médias Semana 2:						
14 Seg	RECESSO ESCOLAR						
15 Ter							
16 Qua							
17 Qui							
18 Sex							
	Médias Semana 3:						
21 Seg	RECESSO ESCOLAR						
22 Ter	Iogurte natural batido c/ leite em pó e mamão	114	Beterraba	Sassami empanado crocante assado	Quirera	163	632
23 Qua	Salada de frutas (banana, maçã, mamão, laranja) c/ leite pó	154	Alface	Iscas de patinho ao sugo	Arroz, Batata sauté	216	867
24 Qui	Melão + manga cortados	56	Suco de frutas	Sanduíche de carne moída bovina c/cebola, alface e tomate		169	721
25 Sex	Maçã	41	Sopa de feijão (iscas de coxão mole, macarrão sopa letras, feijão, batata, repolho)			193	679
	Médias Semana 4:	91				185	724
28 Seg	Laranja pera	26	Acelga	Pernil suíno moído ao sugo	Quirera com legumes	182	649
29 Ter	Iogurte natural batido c/ leite em pó e mamão	114	Beterraba	Carne moída bovina	Arroz, cenoura e batata sauté	196	734
30 Qua	Melão + manga cortados	56	Alface	Sassami ao molho	Macarrão integral ao alho e óleo	170	568
31 Qui	Salada de frutas (banana, maçã, mamão, laranja) c/ iogurte	101	Almeirão	Iscas de patinho ao sugo	Polenta cremosa	171	833
	Médias Semana 5:	74				180	696
Médias Mensais:		81				184	706

Responsável técnico (a): Elaine Fernandes Pupo CRN 8 103

Quadro técnico: Wagner Kloster Antunes CRN 8 9606

Elaine P. Pupo
NUTRICIONISTA
CRN 8 103

Wagner Kloster Antunes
NUTRICIONISTA
CRN 8 9606

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - CARDÁPIO CRECHE (1 A 3 ANOS)

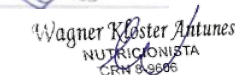
CRECHE - 70% DAS NECESSIDADES NUTRICIONAIS									
CATEGORIA	IDADE	ENERGIA (kcal)	CARBOIDRATOS (g)	PROTEÍNAS (g)	LIPÍDIOS (g)	MINERAIS		VITAMINAS	
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	25% a 35% do VET	FERRO (mg)	CÁLCIO (mg)	A (mcg)	C (mg)
CRECHE	1 - 3 anos	708	97 a 115 g	18 a 27 g	20 a 28	2	350	147	9

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

JULHO 2025		ENERGIA (kcal)	CARBOIDRATOS (g)	PROTEÍNAS (g)	LIPÍDIOS (g)	MINERAIS		VITAMINAS	
						FERRO (mg)	CÁLCIO (mg)	A (mcg)	C (mg)
	Semana 1	696	105	29	19	3	183	18	27
	Semana 2								
	Semana 3								
	Semana 4	725	109	31	20	3	222	12	33
	Semana 5	696	100	30	19	3	239	5	40
	MÉDIA MENSAL	706	105	30	19	3	215	12	34

Responsável técnico: Elaine Fernandes Pupo CRN 8 103

Quadro técnico: Wagner Kloster Antunes CRN 8 960


 Elaine Fernandes Pupo
 NUTRICIONISTA
 CRN 8 103

 Wagner Kloster Antunes
 NUTRICIONISTA
 CRN 8 960

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.