



CARDÁPIO CRECHE (1-3 anos) - MÊS: OUTUBRO/2025

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 Qua	Leite puro	Farofa de ovos		163	Isclas de coxão mole refogadas	Brócolis ao alho e óleo	Parbo	Preto	306
2 Qui	Leite quente c/ amendoim/canela	Pão francês	Nata c/ cheiro verde	186	Escondidinho de Batata com Carne Moída Refogada		Parbo	Preto	313
3 Sex	Chá de frutas	Pão bisnaguinha	Patê de Ricota	83	Almôndegas ao sugo	Salada: beterraba + molho de alho	Parbo	Preto	262
				144					293
6 Seg	Leite quente c/ amendoim/canela	Farofa de ovos		172	Carne Moída Refogada com vagem	Farofa de couve (far mand)	Parbo	Preto	286
7 Ter	Leite puro	Pão francês	Nata c/ cheiro verde	176	Bolinho de batata com sardinha (tipo croquete)	Repolho refogado	Parbo	Preto	268
8 Qua	Chá de frutas	Pão integral fatiado	Maionese caseira	122	Isclas de coxão mole aceboladas	Salada: beterraba	Parbo	Preto	249
9 Qui	Leite puro	Bolo integral de banana e aveia adoçado com uva passa		256	Mignon suíno picadinho refogado	Batata doce assada c/orégano	Parbo	Preto	306
10 Sex	Chá de maçã c/ casca de laranja	Pão bisnaguinha	Manteiga	94	Coxa/sobrecoxa assada com queijo	Couve flor ao molho branco	Parbo	Preto	293
	Médias Semana 3:			164					280
13 Seg	Smoothie de aveia, banana e mamão + torrada			249	Carne Moída Refogada com batatas		Parbo	Preto	252
14 Ter	Leite quente c/ amendoim/canela	Pão francês	Queijo minas frescal	204	Frango desfiado com Creme de Milho		Parbo	Preto	319
15 Qua	Leite puro	Pão integral fatiado	Manteiga	184	Estrogonofe de patinho bovino	Maionese de Batatas	Parbo	Preto	365
16 Qui	Chá de frutas	Bolo de Laranja adoçado com uva passa		156	Bolinho de carne assado	Creme de espinafre	Parbo	Preto	346
17 Sex	Leite puro	Pão bisnaguinha	Patê de ricota	164	Quibe de panela	Seleta de legumes (cenoura, chuchu, batata, brócolis)	Parbo	Preto	303
	Médias Semana 4:			191					317
20 Seg	Vitamina de banana, mamão, maçã, e aveia			194	Frango desfiado ao sugo	Creme de milho	Parbo	Preto	319
21 Ter	Leite puro	Pão francês	Nata c/ cheiro verde	176	Batata com Carne Moída Refogada		Parbo	Preto	252
22 Qua	Chá de frutas	Pão integral fatiado	Manteiga	104	Mignon suíno assado com abacaxi	Farofa de couve e PTS	Parbo	Preto	401
23 Qui	Leite puro	Bolo de Laranja adoçado com uva passa		236	Coxa/sobrecoxa assada	Salada: beterraba	Parbo	Preto	244
24 Sex	Chá de maçã c/ casca de laranja	Pão bisnaguinha	Maionese caseira	112	Isclas de coxão mole aceboladas	Couve flor ao molho branco	Parbo	Preto	249
	Médias Semana 3:			177					293
27 Seg	RECESSO								
28 Ter	FERIADO								
29 Qua	Leite puro	Pão integral fatiado	Maionese caseira	202	Carne moída suína refogada com vagem e cenoura	Batata sauté	Parbo	Preto	285
30 Qui	Chá de frutas	Bolo integral de banana e aveia adoçado com uva passa		175	Coxa/sobrecoxa assada	Creme de espinafre	Parbo	Preto	320
31 Sex	Leite puro	Pão bisnaguinha	Patê de ricota	164	Quibe de forno recheado com legumes	Salada: beterraba	Parbo	Preto	261
				180					289
	Médias Mensais:			178					295

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 (14 HORAS)

JANTAR (15:45 às 16:30 h)

VET

Data	Fruta	Kcal	Salada	Carne	Guarnição	Kcal	708
1 Qua	Laranja pera	26	Acelga	Pernil suíno moído ao sugo	Quirera com legumes	183	677
2 Qui	Iogurte natural batido c/ leite em pó e mamão	149	Beterraba	Sassami empanado crocante assado	Espaguete integral ao alho e óleo	168	816
3 Sex	Laranja pera	26	Sopa de arroz (carne moída de frango, batata, cenoura)			177	548
		67				176,02	680
6 Seg	Laranja pera + melão picados	46	Acelga	Pernil suíno moído ao sugo	Quirera com legumes	183	687
7 Ter	Salada de frutas (banana, maçã, mamão, laranja)	79	Beterraba	Carne moída bovina	Arroz, Batata sauté	215	737
8 Qua	Melão + maçã picados	62	Alface	Sassami empanado crocante assado	Espaguete integral ao alho e óleo	168	600
9 Qui	Maçã	41	Almeirão	Isclas de patinho ao sugo	Polenta cremosa	171	774
10 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	708
	Médias Semana 2:	71				186	701
13 Seg	Laranja pera	26	Acelga	Pernil suíno moído ao sugo	Quirera com legumes	183	709
14 Ter	Melão + laranja picados	46	Beterraba	Carne moída bovina ao sugo	Macarrone	175	744
15 Qua	Iogurte natural batido c/ leite em pó e banana	128	Alface	Risoto de frango com cenoura e batata		170	847
16 Qui	Salada de frutas (banana, maçã, mamão, laranja) com iogurte	97	Suco de frutas	Isclas de patinho ao sugo	Polenta cremosa	192	791
17 Sex	Melão + mamão picados	52	Sopa de arroz (carne moída de frango, batata, cenoura)			177	696
	Médias Semana 3:	70				179	758
20 Seg	Laranja pera	26	Acelga	Isclas de patinho ao sugo	Polenta cremosa	171	710
21 Ter	Iogurte natural batido c/ leite em pó e mamão	114	Beterraba	Pernil suíno moído refogado	Quirera com legumes	181	723
22 Qua	Salada de frutas (banana, maçã, mamão, laranja)	79	Almeirão	Isclas de coxão mole acebolada	Espaguete ao molho branco	184	767
23 Qui	Melão + manga picados	56	Suco de frutas	Carne moída bovina c/cebola e tomate, Pão hot dog		169	705
24 Sex	Maçã	41	Alface	Sassami empanado crocante assado	Arroz, Batata sauté	211	612
	Médias Semana 3:	63				183	703
27 Seg	RECESSO						
28 Ter	FERIADO						
29 Qua	Salada de frutas (banana, maçã, mamão, laranja) c/ leite pó	154	Alface	Isclas de patinho ao sugo	Arroz, Batata sauté	216	857
30 Qui	Melão + manga cortados	56	Almeirão	Carne moída bovina	Arroz, Cenoura sauté	196	747
31 Sex	Maçã	41	Sopa de feijão (iscas de coxão mole, macarrão sopa letras, feijão, batata, repolho)			193	659
		84				201	754
	Médias Mensais:	72				187	721

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

OUTUBRO 2025		ENERGIA (kcal)	CARBOIDRATOS (g)	PROTEÍNAS (g)	LIPÍDIOS (g)	MINERAIS		VITAMINAS	
						FERRO (mg)	CÁLCIO (mg)	A (mcg)	C (mg)
	Semana 1								
	Semana 2	701	103	29	19	3	216	15	37
	Semana 3	758	113	33	20	4	295	18	59
	Semana 4	704	107	29	19	3	214	10	52
	Semana 5								
	MÉDIA MENSAL	721	108	30	19	3	242	14	49

Responsável técnico: Elaine Fernandes Pupo CRN 8 103


 Elaine F. Pupo
 NUTRICIONISTA
 CRN 8-103


 Wagner Kloster Antunes
 NUTRICIONISTA
 CRN 8-9606

RESOLUÇÃO DO FNDE Nº 6 de 08/05/2020

Quadro técnico: Wagner Kloster Antunes CRN 8 9606

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.