



Composição nutricional (Média semanal)	Faixa etária	Período	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	
	1 a 3 anos	Manhã	338	48	14	10	260	58	45	4	
		Tarde	326	46	13	10	167	46	69	5	
		Integral	666	94	27	20	427	104	114	8	
	4 e 5 anos	Manhã	404	58	16	12	PREPARAÇÕES DA CRECHE DEVEM SER SEM AÇÚCAR * UMEs Maria Rosa e Geraldo Guedes Infantil: Por serem integrais, inverter as refeições quando arroz e feijão for no jantar.				
		Tarde	412	59	17	12					
		Integral	816	117	33	24					

		10/11 (Segunda-feira)	11/11 (Terça-feira)	12/11 (Quarta-feira)	13/11 (Quinta-feira)	14/11 (Sexta-feira)
DESJEJUM (8:00h)	Inf. 1 ao 3	Leite com cacau (adoçado com tâmara) Pão caseiro com manteiga	Suco de laranja Pão caseiro com manteiga	Vitamina de banana Maçã	Leite Pão caseiro com manteiga	Suco de manga Cuscuz de frango
	Inf. 4 e 5	Leite com cacau Biscoito maisena	Suco de laranja Pão hot dog com manteiga		Leite com cacau Pão de forma com requeijão	
ALMOÇO (10:00h)	Todos	Arroz, Feijão Omelete com tomate e cebola Salada de escarola c/cenoura Laranja	Macarrão ao sugo Carne em cubos com abóbora Salada de beterraba Melão	Risoto de frango com ervilha, cenoura e salsa Salada de repolho com tomate Melancia	Arroz, Feijão Moqueca de peixe (pimentão, cebola, coentro, tomate) Purê de batata com mandioquinha Maçã	Arroz, Feijão Pernil com batata Salada de alface Banana
LANCHE (13:00h)	Inf. 1 ao 3	Leite Pão caseiro com manteiga	Suco de abacaxi Torta de c. moída com legumes	Leite com cacau (adoçado com tâmara) Pão caseiro com manteiga	Vitamina de banana com maçã Banana	Suco de laranja Pão caseiro com manteiga
	Inf. 4 e 5	Leite com café Pão de forma integral com manteiga		Leite com cacau Biscoito rosquinha de coco		Suco de laranja Pão hot dog com requeijão
JANTAR (15:00h)	Todos	Macarrão ao alho e óleo Carne moída ao molho Salada de repolho e tomate Melancia	Arroz, Feijão Frango com abobrinha e cenoura Salada de pepino Maçã	Arroz, Feijão Carne moída com berinjela Salada de repolho com cenoura Banana	Sopa de feijão com carne (batata, abóbora, chuchu e macarrão para sopa) Manga	Macarrão ao sugo Carne em cubos com cenoura Salada de feijão branco a vinagrete Melão
LANCHE DA SAÍDA	Todos	MAÇÃ	Doce de banana (sem açúcar)	MEXERICA	BANANA	PERA

Composição nutricional (Média semanal)	Faixa etária	Período	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	
	1 a 3 anos	Manhã	314	4	14	10	260	58	45	4	
		Tarde	303	45	13	10	167	46	69	5	
		Integral	624	93	27	20	427	104	114	8	
	4 e 5 anos	Manhã	396	57	16	12	PREPARAÇÕES DA CRECHE DEVEM SER SEM AÇÚCAR * UMEs Maria Rosa e Geraldo Guedes Infantil: Por serem integrais, inverter as refeições quando arroz e feijão for no jantar.				
		Tarde	402	58	17	12					
		Integral	798	116	33	24					

		17/11 (Segunda-feira)	18/11 (Terça-feira)	19/11 (Quarta-feira)	20/11 (Quinta-feira)	21/11 (Sexta-feira)
DESJEJUM (8:00h)	Inf. 1 ao 3	Leite com cacau (adoçado com tâmara) Pão caseiro com manteiga	Suco de laranja Pão caseiro com manteiga	Leite Pão caseiro com manteiga	Feriado (Dia da Consciência Negra)	Ponto Facultativo
	Inf. 4 e 5	Leite com cacau Pão de hot dog com requeijão	Suco de laranja Biscoito cream cracker	Leite com cacau Pão de forma integral com requeijão		
ALMOÇO (10:00h)	Todos	Macarrão ao alho e óleo Frango desfiado ao molho com cenoura Salada de beterraba Melancia	Arroz, Feijão Carne em cubos com mandioca Salada de repolho misto (verde e roxo) Melão	Macarrão ao sugo Carne moída com abóbora Salada de grão de bico com tomate Maçã		
LANCHE (13:00h)	Inf. 1 ao 3	Suco de abacaxi Pão caseiro com manteiga	Leite com cacau (adoçado com tâmara) Pão caseiro com manteiga	Suco de melancia Bolo de banana		
	Inf. 4 e 5	Suco de abacaxi Biscoito rosquinha	Leite com cacau Pão de forma com manteiga			
JANTAR (15:00h)	Todos	Arroz, Feijão Ovos cozidos com azeite e salsa Salada de batata Laranja	Arroz a grega (cenoura, ervilha e salsa) Carne moída Salada de acelga com tomate Melancia	Arroz, Feijão preto Pernil ao vinagrete Farofa com couve Laranja		
LANCHE DA SAÍDA	Todos	MAÇÃ	Doce de banana (sem açúcar)	PERA		

Composição nutricional (Média semanal)	Faixa etária	Período	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
	1 a 3 anos	Manhã	328	42	15	11	290	78	55	5
		Tarde	314	40	14	11	195	56	79	4
		Integral	642	82	29	22	485	134	134	9
	4 e 5 anos	Manhã	340	43	15	12	PREPARAÇÕES DA CRECHE DEVEM SER SEM AÇÚCAR * UMEs Maria Rosa e Geraldo Guedes Infantil: Por serem integrais, inverter as refeições quando arroz e feijão for no jantar.			
		Tarde	373	48	16	13				
		Integral	713	117	33	24				

* Bolo de banana: adoçado com uva passa e tâmara.

		24/11 (Segunda-feira)	25/11 (Terça-feira)	26/11 (Quarta-feira)	27/11 (Quinta-feira)	28/11 (Sexta-feira)
DESJEJUM (8:00h)	Inf. 1 ao 3	Leite com cacau (adoçado com tâmara) Pão caseiro com manteiga	Suco de abacaxi Cuscuz de frango	Vitamina de banana com mamão Banana	Leite Pão caseiro com manteiga	Suco de laranja (Agricultura Familiar) Pão caseiro recheado com frango
	Inf. 4 e 5	Leite com cacau Pão de forma com manteiga		Vitamina de banana com mamão Biscoito rosquinha	Iogurte de morango Banana	Suco de laranja (Agricultura Familiar) Pão de forma com patê de frango
ALMOÇO (10:00h)	Todos	Arroz, Feijão Ovos mexidos Batata e cenoura sauté Laranja	Macarrão ao sugo Carne em cubos com abóbora Salada de repolho com tomate Maçã	Risoto de frango (com milho, cenoura e salsa) Salada de alface Melancia	Arroz, Feijão Carne moída com ervilha Salada de brócolis com cenoura Melão	Arroz, Feijão Isca de frango acebolada Creme de milho *Bolo de cacau e Creme de fruta
LANCHE (13:00h)	Inf. 1 ao 3	Leite Pão caseiro com manteiga	Vitamina de banana Maçã	Suco de manga Torta de carne moída com legumes	Leite com cacau (adoçado com tâmara) Pão caseiro com manteiga	Suco de laranja (Agricultura Familiar) Pão caseiro recheado com frango
	Inf. 4 e 5	Leite com café Biscoito maisena			Leite com cacau Pão de forma com manteiga	Suco de laranja (Agricultura Familiar) Pão de forma com patê de frango
JANTAR (15:00h)	Todos	Arroz com cenoura Frango com abobrinha Salada de repolho com tomate Melão	Arroz, Feijão Carne moída ao molho Purê de batata Laranja	Arroz, Feijão Carne em cubos com mandioca Banana	Sopa de legumes com frango (mandioca, cenoura, abobrinha e macarrão para sopa) Melancia	Macarrão ao sugo Carne moída com abobrinha Salada de feijão fradinho com tomate / *Bolo de cacau e Creme de fruta
LANCHE DA SAÍDA	Todos	Suco de laranja (Agricultura Familiar)	Doce de banana (sem açúcar)	NECTARINA	BANANA	PERA
* Bolo de cacau CRECHE: (adoçado com tâmara, uva passa e banana) e com cobertura de brigadeiro de banana (banana, leite em pó e cacau) e fruta. Creme de fruta: banana e morango. * Bolo de cacau PRÉ-ESCOLA: com cobertura de brigadeiro de leite condensado e cacau e fruta.						Suzana Ruth Vieira da Silva CRN-3 21934 Nutricionista RT - SAE

Composição nutricional (Média semanal)	Faixa etária	Período	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
	1 a 3 anos	Manhã	350	44	17	12	300	98	65	4
		Tarde	335	43	16	11	185	76	89	4
		Integral	685	87	33	23	485	174	154	8
	4 e 5 anos	Manhã	360	45	18	12	PREPARAÇÕES DA CRECHE DEVEM SER SEM AÇÚCAR * UMEs Maria Rosa e Geraldo Guedes Infantil: Por serem integrais, inverter as refeições quando arroz e feijão for no jantar.			
		Tarde	376	48	19	12				
		Integral	736	117	33	24				