

## CARDÁPIO PARA CRECHE MUNICIPAL - MATERNAL E JARDIM I e II

### JUNHO

HORÁRIOS - DATA	03/06/2024	04/06/2024	05/06/2024	06/06/2024	07/06/2024
	segunda-feira	terça-feira	quarta-feira	quinta-feira	sexta-feira
<b>Desjejum/ lanche tarde</b> <b>Parcial e Integral</b>  7h às 8h 15h às 16h	Leite c/ cacau 32% Biscoito maisena Maçã	Leite c/ cacau 32% Banana	Leite c/ cacau 32% Bisnaguinha Mamão	Leite c/ cacau 32% Banana	Leite c/ cacau 32% Biscoito salgado integral Mamão
<b>Almoço</b> <b>Parcial Manhã e Tarde</b> <b>e Integral</b> 9h30 às 11h 13h às 14h	Arroz + Feijão  Ovos mexidos  Salada de Repolho c/ tomate	Arroz + Feijão  Carne em cubos c/ legumes  Salada de Beterraba	Arroz + Feijão  Pernil em cubos refogado  Salada de Couve	Arroz + Feijão  Frango desfiado ao molho  Salada de Alface	Arroz + feijão  Macarrão a bolonhesa  Salada de Pepino
<b>Sobremesa Almoço</b>  <b>Jantar</b> <b>Integral</b> 14h30 às 15h30		Goiaba		Tangerina Ponkan	
	Sopa de macarrão, feijão, batata, cenoura, chuchu, repolho e frango desfiado	Arroz, feijão, abóbora e carne desfiada c/ couve	Sopa de fubá, mandioquinha, cenoura, chuchu, escarola e pernil desfiado	Arroz, feijão, abobrinha, frango desfiado c/ couve	Canja (arroz, batata, cenoura, abobrinha, chuchu, repolho e frango desfiado)

*Karina*  
Karina Carvalho Fernandes  
CRN 3-27501  
  
Nutricionista Responsável  
Técnica  
  
karina.fernandes@guararema.sp.gov.br  
TEL: 4693-4141

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL PARCIAL ( MÉDIA SEMANAL) 30%							
Energia (Kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lipídeo (g)	Vitamina A (mg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
470	62	24	20	28	8	307	3
42%	53%	20%	27%				

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL INTEGRAL ( MÉDIA SEMANAL) 70%							
Energia (Kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lipídeo (g)	Vitamina A (mg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
1006	139	50	28	109	35	597	7
74%	55%	20%	25%				



Anotações:

## CARDÁPIO PARA CRECHE MUNICIPAL - MATERNAL E JARDIM I e II

### JUNHO

HORARIOS - DATA	10/06/2024 segunda-feira	11/06/2024 terça-feira	12/06/2024 quarta-feira	13/06/2024 quinta-feira	14/06/2024 sexta-feira
<b>Desjejum/ lanche tarde</b> Parcial e Integral 7h às 8h 15h às 16h	Leite c/ cacau 32% Biscoito chocolate integral Maçã	Leite c/ cacau 32% Banana	Leite c/ cacau 32% Bisnaguinha Mamão	Leite c/ cacau 32% Banana	Leite c/ cacau 32% Biscoito maisena Mamão
<b>Almoço</b> Parcial Manhã e Tarde e Integral 9h30 às 11h 13h às 14h	Arroz + Feijão Frango refogado c/ abobrinha e cenoura  Salada de Repolho	Arroz + Feijão Carne em cubos c/ mandioca  Salada de Beterraba	Arroz + Feijão  Carne moída c/tomates  Salada de Alface	Arroz + Feijão Bife de Panela Farofa de quiabo  Salada de Escarola	Arroz + Grão de bico  Sobrecoxa assada  Salada de Tomate
<b>Sobremesa Almoço</b>		Goiaba		Tangerina Ponkan	
<b>Jantar</b> Integral 14h30 às 15h30	Sopa de macarrão, feijão, batata, cenoura, chuchu, repolho e frango desfiado	Arroz, feijão, abóbora e carne desfiada c/ couve	Sopa de grão de bico, madioquinha, cenoura, chuchu, repolho e carne moída	Arroz, feijão, chuchu, carne desfiada c/ couve	Canja (arroz, batata, cenoura, abobrinha, chuchu, repolho e frango desfiado)

#### INFORMAÇÃO NUTRICIONAL PARCIAL ( MÉDIA SEMANAL) 30%

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípídeo (g)	Vitamina A (mg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
400	52	20	12	1,25	12	269	2
30%	53%	20%	27%				

#### INFORMAÇÃO NUTRICIONAL INTEGRAL ( MÉDIA SEMANAL) 70%

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípídeo (g)	Vitamina A (mg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
939	131	47	26	41	48	565	6
70%	56%	19%	25%				



*Guararema*  
Karina Carvalho Fernandes  
CRN 3-27501

Nutricionista Responsável  
Técnica

karina.fernandes@guararema.sp.gov.br  
TEL: 4693-4141

Anotações:

## CARDÁPIO PARA CRECHE MUNICIPAL - MATERNAL E JARDIM I e II

### JUNHO

HORARIOS - DATA	17/06/2024 segunda-feira	18/06/2024 terça-feira	19/06/2024 Festa Junina	20/06/2024 quinta-feira	21/06/2024 sexta-feira
<b>Desjejum/ lanche tarde</b> Parcial e Integral 7h às 8h 15h às 16h	Leite c/ cacau 32% Biscoito salgado integral Maçã	Leite c/ cacau 32% Banana	*Chocolate quente *Biscoito salgado integral Mamão	Leite c/ cacau 32% Banana	Leite c/ cacau 32% Biscoito chocolate integral Mamão
<b>Almoço</b> Parcial Manhã e Tarde e Integral 9h30 às 11h 13h às 14h	Arroz + Feijão  Omelete com espinafre  Salada de Repolho	Arroz + Feijão  Carne em cubos c/ legumes  Salada de Beterraba	Suco de maracujá Pão com carne louca Pipoca Doce de abóbora	Arroz + Feijão  Kibe assado  Salada de Alface Tangerina Ponkan	Arroz + feijão Falso estrogonofe de frango com mandioca *  Salada de Pepino
<b>Sobremesa Almoço</b>		Goiaba			
<b>Jantar</b> Integral 14h30 às 15h30	Sopa de macarrão, feijão, batata, cenoura, chuchu, repolho e frango desfiado	Arroz, feijão, abóbora e carne desfiada c/ espinafre	Sopa de fubá, mandioquinha, cenoura, chuchu, couve e carne desfiada	Arroz, feijão, chuchu, carne moída c/ couve	Canja (arroz, batata, cenoura, abobrinha, chuchu, repolho e frango desfiado)

#### INFORMAÇÃO NUTRICIONAL PARCIAL ( MÉDIA SEMANAL) 30%

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípídeo (g)	Vitamina A (mg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
413	51	21	16	21	12	283	2
31%	49%	20%	35%				

#### INFORMAÇÃO NUTRICIONAL INTEGRAL ( MÉDIA SEMANAL) 70%

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípídeo (g)	Vitamina A (mg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
951	130	49	29	61	40	572	6
70%	55%	20%	28%				



*Karina*

Karina Carvalho Fernandes  
CRN 3-27501

Nutricionista Responsável  
Técnica

karina.fernandes@guararema.sp.gov.br  
TEL: 4693-4141

Anotações:

## CARDÁPIO PARA CRECHE MUNICIPAL - MATERNAL E JARDIM I e II

### JUNHO

HORARIOS - DATA	24/06/2024 segunda-feira	25/06/2024 terça-feira	26/06/2024 quarta-feira	27/06/2024 quinta-feira	28/06/2024 sexta-feira
<b>Desjejum/ lanche tarde</b> Parcial e Integral 7h às 8h 15h às 16h	Leite c/ cacau 32% Biscoito maisena Maçã	Leite c/ cacau 32% Banana	Leite c/ cacau 32% Biscoito salgado integral Mamão	Leite c/ cacau 32% Banana	Leite c/ cacau 32% Biscoito salgado integral Mamão
<b>Almoço</b> Parcial Manhã e Tarde e Integral 9h30 às 11h 13h às 14h	Grão de bico ensopado  Frango refogado c/ abóbora  Salada de Repolho	Arroz + Feijão  Bife de Panela  Salada de Beterraba	Arroz + Feijão Carne moída c/tomates Purê de batata  Salada de Brócolis	Arroz + Feijão  Sobrecoxa refogada c/ batata  Salada de Alface	Arroz + feijão  Pernil em cubos refogado  Salada de Tomate
<b>Sobremesa Almoço</b>		Goiaba		Tangerina Ponkan	
<b>Jantar</b> Integral 14h30 às 15h30	Sopa de macarrão, feijão, batata, cenoura, chuchu, repolho e frango desfiado	Arroz, feijão, abóbora e carne desfiada c/ couve	Sopa de grão de bico, madioquinha, cenoura, chuchu, repolho e carne moída	Arroz, feijão, chuchu, frango desfiado c/ acelga	Canja (arroz, batata, cenoura, abobrinha, chuchu, repolho e frango desfiado)

#### INFORMAÇÃO NUTRICIONAL PARCIAL ( MÉDIA SEMANAL) 30%

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípido (g)	Vitamina A (mg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
406	51	23	12	2	13	270	2
30%	50%	22%	28%				

#### INFORMAÇÃO NUTRICIONAL INTEGRAL ( MÉDIA SEMANAL) 70%

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípido (g)	Vitamina A (mg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
958	132	51	25	42	49	567	6
71%	55%	21%	24%				



*Guararema*  
Karina Carvalho Fernandes  
CRN 3-27501  
  
Nutricionista Responsável  
Técnica  
  
karina.fernandes@guararema.sp.gov.br  
TEL: 4693-4141

Anotações: \*Receita enviada

## CARDÁPIO PARA CRECHE MUNICIPAL - MATERNAL E JARDIM I e II JUNHO

HORARIOS - DATA					
Desjejum/ lanche tarde Parcial e Integral 7h às 8h 15h às 16h					
Almoço Parcial Manhã e Tarde e Integral 9h30 às 11h 13h às 14h					
Sobremesa Almoço					
Jantar Integral 14h30 às 15h30					

Karina

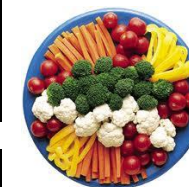
Karina Carvalho Fernandes  
CRN 3-27501

Nutricionista Responsável  
Técnica

karina.fernandes@guararema.sp.gov.br  
TEL: 4693-4141

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL PARCIAL ( MÉDIA SEMANAL) 30%							
Energia (Kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lipídeo (g)	Vitamina A (mg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
465	62	25	16	214	206	1078	12
34%	53%	19%	28%				

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL INTEGRAL ( MÉDIA SEMANAL) 70%							
Energia (Kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lipídeo (g)	Vitamina A (mg)	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
931	123	49	31	428	412	2156	24
70%	53%	19%	28%				



Anotações: