



PREFEITURA MUNICIPAL DE VÁRZEA PAULISTA

CARDÁPIO CRECHE NOVEMBRO 2022

1ª SEMANA 07 a 11 meses (Berçário 1)

HORÁRIOS/ DIAS SEMANA	DESJEJUM 7:15 ÀS 7:50 HS		Colação 8:30 ÀS 8:45 HS	ALMOÇO 9:30 ÀS 11 HS
	ENTRADA 12:30 ÀS 14 HS		Lanche 13:30 ÀS 14 HS	JANTAR 14:30 AS 16 HS
SEGUNDA				
TERÇA	1	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO
QUARTA	2	FERIADO NACIONAL	FERIADO NACIONAL	FERIADO NACIONAL
QUINTA	3	MAMADEIRA	MAÇÃ RASPADA COM COLHER	ARROZ / FEIJÃO ABOBRINHA E CENOURA REFOGADA FRANGO DESFIADO E MOLHO TOMATE
SEXTA	4	MAMADEIRA	MAMÃO PICADO	ARROZ/FEIJÃO MANDIOCA REFOGADA CARNE BOVINA MOÍDA E MOLHO TOMATE COM CENOURA

2ª SEMANA 07 a 11 meses (Berçário 1)

SEGUNDA	7	MAMADEIRA	SUCO DE MELÃO	ARROZ / FEIJÃO ABÓBORA REFOGADA FRANGO DESFIADO E MOLHO TOMATE
TERÇA	8	MAMADEIRA	BANANA AMASSADA	ARROZ / FEIJÃO BATATA E CENOURA REFOGADA CARNE BOVINA MOÍDA E MOLHO TOMATE
QUARTA	9	MAMADEIRA	PERA RASPADA COM COLHER	ARROZ / FEIJÃO BETERRABA COZIDA FRANGO EM TIRAS E MOLHO TOMATE E CENOURA
QUINTA	10	MAMADEIRA	MAÇÃ RASPADA COM COLHER	ARROZ / FEIJÃO CHUCHU REFOGADO CARNE BOVINA MOÍDA E MOLHO TOMATE E CENOURA
SEXTA	11	MAMADEIRA	BANANA AMASSADA	ARROZ/FEIJÃO ABOBRINHA E CENOURA REFOGADOS FRANGO DESFIADO E MOLHO TOMATE

OBSERVAÇÕES :

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES

1. BEBÊS COM 04 E 05 MESES SÓ PODEM RECEBER ALIMENTAÇÃO COMPLEMENTAR (PAPINHAS E SUCOS) COM AUTORIZAÇÃO MÉDICA POR ESCRITO E ASSINADA
2. AS FRUTAS DEVERÃO SER SERVIDAS DE ACORDO COM O CARDÁPIO
3. BERÇÁRIO 1 AS REFEIÇÕES SALGADAS DEVEM SER AMASSADAS COM O GARFO E O FEIJÃO EM FORMA DE CALDINHO.

Composição Nutricional Média Semanal 70%- Referência - PNAE

Calorias	Prot g	Lipídeo g	Carboidrato g	Vitam A mcg	Vit C mg	Cálcio mg	Ferro mg
725,25	32,98	25,51	92,56	655,36	24,75	524,28	5,66

Raquel Coelho Sene
Nutricionista-CRN-3698/SP
UGM Educação Várzea Paulista



PREFEITURA MUNICIPAL DE VÁRZEA PAULISTA

CARDÁPIO CRECHE NOVEMBRO 2022

3ª SEMANA 07 a 11 meses (Berçário 1)

HORÁRIOS/ DIAS SEMANA	DESJEJUM 7:15 ÀS 7:50 HS		Colaço 8:30 ÀS 8:45 HS	ALMOÇO 9:30 ÀS 11 HS
	ENTRADA 12:30 ÀS 14 HS		Lanche 13:30 ÀS 14 HS	JANTAR 14:30 AS 16 HS
SEGUNDA	14	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO
TERÇA	15	FERIADO NACIONAL	FERIADO NACIONAL	FERIADO NACIONAL
QUARTA	16	MAMADEIRA	MAÇÃ RASPADA COM COLHER	ARROZ/FEIJÃO BETERRABA E CHUCHU COZIDOS CARNE BOVINA MOÍDA E MOLHO TOMATE E CENOURA
QUINTA	17	MAMADEIRA	PERA RASPADA COM COLHER	ARROZ/FEIJÃO ABOBRINHA COZIDA FRANGO DESFIADO E MOLHO TOMATE E CENOURA
SEXTA	18	MAMADEIRA	BANANA AMASSADA	ARROZ/FEIJÃO CENOURA COZIDA CARNE BOVINA MOÍDA E MOLHO TOMATE

4ª SEMANA 07 a 11 meses (Berçário 1)

SEGUNDA	21	MAMADEIRA	MAÇÃ RASPADA COM COLHER	ARROZ / FEIJÃO ABÓBORA REFOGADA FRANGO DESFIADO E MOLHO TOMATE
TERÇA	22	MAMADEIRA	SALADA DE FRUTAS	ARROZ / FEIJÃO BATATA E CENOURA REFOGADA FRANGO DESFIADO E MOLHO TOMATE
QUARTA	23	MAMADEIRA	BANANA AMASSADA	ARROZ/FEIJÃO BETERRABA COZIDA CARNE BOVINA EM TIRAS E MOLHO TOMATE E CENOURA
QUINTA	24	MAMADEIRA	MAMÃO PICADO	ARROZ / FEIJÃO CHUCHU E ABÓBORA REFOGADA FRANGO EM TIRAS E MOLHO TOMATE COM CENOURA
SEXTA	25	MAMADEIRA	BANANA AMASSADA	ARROZ / FEIJÃO MANDIOQUINHA E CENOURA COZIDA CARNE BOVINA MOÍDA E MOLHO TOMATE COM CENOURA

OBSERVAÇÕES :

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES

1. BEBÊS COM 04 E 05 MESES SÓ PODEM RECEBER ALIMENTAÇÃO COMPLEMENTAR (PAPINHAS E SUCOS) COM AUTORIZAÇÃO MÉDICA POR ESCRITO E ASSINADA
2. AS FRUTAS DEVERÃO SER SERVIDAS DE ACORDO COM O CARDÁPIO
3. BERÇÁRIO 1 AS REFEIÇÕES SALGADAS DEVEM SER AMASSADAS COM O GARFO E O FEIJÃO EM FORMA DE CALDINHO.

Raquel Coelho Sene
Nutricionista-CRN-3698/SP
UGM Educação Várzea Paulista



PREFEITURA MUNICIPAL DE VÁRZEA PAULISTA

CARDÁPIO CRECHE NOVEMBRO 2022

5ª SEMANA 07 a 11 meses (Berçário 1)

HORÁRIOS/ DIAS SEMANA	DESJEJUM 7:15 ÀS 7:50 HS		Colação 8:30 ÀS 8:45 HS	ALMOÇO 9:30 ÀS 11 HS
	ENTRADA 12:30 ÀS 14 HS		Lanche 13:30 ÀS 14 HS	JANTAR 14:30 AS 16 HS
SEGUNDA	28	LEITE COM CACAU E BISCOITOS	MELANCIA PICADA	ARROZ / FEIJÃO CHUCHU REFOGADA CARNE BOVINA MOÍDA E MOLHO TOMATE COM CENOURA
TERÇA	29	SUCO LARANJA E PÃO COM MANTEIGA	MAÇÃ RASPADA COM COLHER	ARROZ / FEIJÃO ABÓBORA REFOGADA CARNE BOVINA MOÍDA E MOLHO TOMATE COM CENOURA
QUARTA	30	LEITE COM CACAU E BISCOITOS	BANANA AMASSADA	ARROZ/CALDO DE FEIJÃO CHUCHU E CENOURA REFOGADOS COXA E SOBRECOXA DESFIADO MOLHO TOMATE
QUINTA				
SEXTA				

OBSERVAÇÕES :

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES

1. BEBÊS COM 04 E 05 MESES SÓ PODEM RECEBER ALIMENTAÇÃO COMPLEMENTAR (PAPINHAS E SUCOS) COM AUTORIZAÇÃO MÉDICA POR ESCRITO E ASSINADA
2. AS FRUTAS DEVERÃO SER SERVIDAS DE ACORDO COM O CARDÁPIO
3. BERÇÁRIO 1 AS REFEIÇÕES SALGADAS DEVEM SER AMASSADAS COM O GARFO E O FEIJÃO EM FORMA DE CALDINHO.

Raquel Coelho Sene
Nutricionista-CRN-3698/SP
UGM Educação Várzea Paulista