



PREFEITURA MUNICIPAL DE VÁRZEA PAULISTA

CARDÁPIO CRECHE NOVEMBRO 2022

1ª SEMANA 01 a 03 anos (Berçário 2 Maternal 1 e 2)

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				
QUARTA				
QUINTA	1	SUCO MELANCIA E PÃO COM MANTEIGA	MAÇÃ CORTADA AO MEIO	ARROZ / FEIJÃO CENOURA REFOGADA FRANGO DESFIADO E MOLHO TOMATE
SEXTA	2	LEITE COM CACAU E BISCOITOS	MAMÃO PICADO	ARROZ/FEIJÃO ABOBRINHA REFOGADA CARNE BOVINA MOÍDA E MOLHO TOMATE COM CENOURA

2ª SEMANA 01 a 03 anos (Berçário 2 Maternal 1 e 2)

SEGUNDA	5	LEITE COM CACAU E BISCOITOS	SUCO DE MELÃO	ARROZ/FEIJÃO BATATA E CENOURA COZIDA CARNE BOVINA MOÍDA E MOLHO TOMATE
TERÇA	6	SUCO MELANCIA E PÃO COM MANTEIGA	BANANA AMASSADA	ARROZ/FEIJÃO ABOBRINHA COZIDA FRANGO DESFIADO E MOLHO TOMATE E CENOURA
QUARTA	7	BANANA AMASSADA COM AVEIA	PERA CORTADA AO MEIO	ARROZ/FEIJÃO BETERRABA COZIDA CARNE BOVINA MOÍDA E MOLHO TOMATE E CENOURA
QUINTA	8	LEITE COM CACAU E BISCOITOS	MAÇÃ CORTADA AO MEIO	ARROZ/FEIJÃO LEGUMES COZIDOS FRANGO EM TIRAS E MOLHO TOMATE
SEXTA	9	SUCO LARANJA E PÃO COM MANTEIGA	BANANA AMASSADA	ARROZ/FEIJÃO LEGUMES COZIDOS FRANGO EM TIRAS 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**

Composição Nutricional Média Semanal 70%- Referência - PNAE

Calorias	Prot g	Lipídeo g	Carboidrato g	Vitam A mcg	Vit C mg	Cálcio mg	Ferro mg
834,07	27,69	27,68	120,96	474,59	69,08	242,27	4,30

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



PREFEITURA MUNICIPAL DE VÁRZEA PAULISTA

CARDÁPIO CRECHE NOVEMBRO 2022

3ª SEMANA 01 a 03 anos (Berçário 2 Maternal 1 e 2)

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	12	LEITE COM CACAU E BISCOITOS	MAÇÃ CORTADA AO MEIO	ARROZ/FEIJÃO BATATA E CENOURA COZIDA CARNE BOVINA MOÍDA E MOLHO TOMATE
TERÇA	13	BANANA AMASSADA COM AVEIA	SUCO DE MELÃO	ARROZ/FEIJÃO ABOBRINHA COZIDA FRANGO DESFIADO E MOLHO TOMATE E CENOURA
QUARTA	14	LEITE COM CACAU E BISCOITOS OU SUCO DE FRUTA COM PÃO COM MANTEIGA	BANANA INTEIRA	ARROZ/FEIJÃO BETERRABA E CHUCHU COZIDOS CARNE BOVINA MOÍDA E MOLHO TOMATE E CENOURA
QUINTA	15	LEITE COM CACAU E BISCOITOS OU SUCO DE FRUTA COM PÃO COM MANTEIGA	PERA CORTADA AO MEIO	ARROZ/FEIJÃO ABOBRINHA COZIDA FRANGO DESFIADO E MOLHO TOMATE E CENOURA
SEXTA	16	LEITE COM CACAU E BISCOITOS OU SUCO DE FRUTA COM PÃO COM MANTEIGA	MAÇÃ CORTADA AO MEIO	ARROZ/FEIJÃO CENOURA COZIDA CARNE BOVINA MOÍDA E MOLHO TOMATE

4ª SEMANA 01 a 03 anos (Berçário 2 Maternal 1 e 2)

SEGUNDA	19	RECESSO	ESCOLAR	
TERÇA	20	RECESSO	ESCOLAR	
QUARTA	21	RECESSO	ESCOLAR	
QUINTA	22	RECESSO	ESCOLAR	
SEXTA	23	RECESSO	ESCOLAR	

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 01 a 03 anos (Berçário 2 Maternal 1 e 2)

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	26	RECESSO	ESCOLAR	
TERÇA	27	RECESSO	ESCOLAR	
QUARTA	28	RECESSO	ESCOLAR	
QUINTA	29	RECESSO	ESCOLAR	
SEXTA	30	RECESSO	ESCOLAR	

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

