



PREFEITURA MUNICIPAL DE VÁRZEA PAULISTA

CARDÁPIO CRECHE JANEIRO 2023

1ª SEMANA 01 A 03 ANOS (Berçário 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	4	LEITE COM CACAU E BISCOITOS	BANANA	SOPA MACARRÃO/CALDO DE FEIJÃO CENOURA FRANGO DESFIADO E MOLHO TOMATE
QUINTA	5	SUCO MELANCIA E BISCOITOS	MAÇÃ	ARROZ/CALDO DE FEIJÃO BETERRABA COZIDA FRANGO EM TIRAS E MOLHO TOMATE E CENOURA
SEXTA	6	LEITE COM CACAU E BISCOITOS	MELANCIA	SOPA MACARRÃO/CALDO DE FEIJÃO CENOURA CARNE BOVINA CUBOS E MOLHO TOMATE

2ª SEMANA 01 A 03 ANOS (Berçário 2)

SEGUNDA	9	LEITE COM CACAU E BISCOITOS	MELANCIA	ARROZ /CALDO DE FEIJÃO BATATA REFOGADA FRANGO DESFIADO EM TIRAS E MOLHO TOMATE
TERÇA	10	SUCO MELANCIA E BISCOITOS	MAÇÃ	ARROZ /CALDO DE FEIJÃO CENOURA COZIDA CARNE BOVINA MOÍDA E MOLHO TOMATE
QUARTA	11	LEITE COM CACAU E BISCOITOS	BANANA	ARROZ /CALDO DE FEIJÃO CHUCHU REFOGADO FRANGO DESFIADO EM TIRAS E MOLHO TOMATE
QUINTA	12	SUCO MELANCIA E BISCOITOS	PERA	SOPA MACARRÃO/CALDO DE FEIJÃO CARÁ E CENOURA CARNE BOVINA CUBOS E MOLHO TOMATE
SEXTA	13	LEITE COM CACAU E BISCOITOS	BANANA	ARROZ /CALDO DE FEIJÃO ABOBRINHA FRANGO DESFIADO E MOLHO TOMATE E CENOURA

OBSERVAÇÕES :

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES

1. AS FRUTAS DEVERÃO SER SERVIDAS DE ACORDO COM O CARDÁPIO
2. BERÇÁRIO 2 AS REFEIÇÕES SALGADAS DEVEM SER AMASSADAS COM O GARFO.

Composição Nutricional Média Semanal 70%- Referência - PNAE

Calorias	Prot g	Lipídeo g	Carboidrato g	Vítam A mcg	Vit C mg	Cálcio mg	Ferro mg
704,61	25,31	25,13	94,76	855,13	47,49	278,46	3,85

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



PREFEITURA MUNICIPAL DE VÁRZEA PAULISTA

CARDÁPIO CRECHE JANEIRO 2023

3ª SEMANA 01 A 03 ANOS (Berçário 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	16	LEITE COM CACAU E BISCOITOS	MELANCIA	ARROZ /CALDO DE FEIJÃO CHUCHU TOMATE REFOGADOS CARNE BOVINA MOÍDA E MOLHO TOMATE COM CENOURA
TERÇA	17	SUCO MELANCIA E BISCOITOS	MAÇÃ	ARROZ/CALDO DE FEIJÃO ABOBRINHA REFOGADA FRANGO DESFIADO E MOLHO TOMATE E CENOURA
QUARTA	18	LEITE COM CACAU E BISCOITOS	BANANA	ARROZ/CALDO DE FEIJÃO BETERRABA COZIDA FRANGO EM TIRAS E MOLHO TOMATE E CENOURA
QUINTA	19	SUCO MELANCIA E BISCOITOS	MAÇÃ	SOPA DE MACARRÃO FEIJÃO ABÓBORA COZIDA CARNE BOVINA MOÍDA E MOLHO TOMATE E CENOURA
SEXTA	20	LEITE COM CACAU E BISCOITOS	MELANCIA	ARROZ/CALDO DE FEIJÃO CENOURA COZIDA FRANGO DESFIADO E MOLHO TOMATE

4ª SEMANA 01 A 03 ANOS (Berçário 2)

SEGUNDA	23	LEITE COM CACAU E BISCOITOS	MELANCIA	SOPA MACARRÃO /CALDO DE FEIJÃO CENOURA E BATATA COZIDA FRANGO DESFIADO E MOLHO TOMATE
TERÇA	24	SUCO MELANCIA E BISCOITOS	MAÇÃ	ARROZ /CALDO DE FEIJÃO CHUCHU TOMATE REFOGADOS CARNE BOVINA MOÍDA E MOLHO TOMATE COM CENOURA
QUARTA	25	LEITE COM CACAU E BISCOITOS	BANANA	SOPA CANJA DE ARROZ FRANGO E LEGUMES
QUINTA	26	SUCO LARANJA E BISCOITOS	MAÇÃ	ARROZ/CALDO DE FEIJÃO BETERRABA COZIDA FRANGO EM TIRAS E MOLHO TOMATE E CENOURA
SEXTA	27	LEITE COM CACAU E BISCOITOS	MELANCIA	ARROZ /CALDO DE FEIJÃO ABOBRINHA REFOGADA CARNE BOVINA MOÍDA E MOLHO TOMATE COM CENOURA

OBSERVAÇÕES :

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES

1. AS FRUTAS DEVERÃO SER SERVIDAS DE ACORDO COM O CARDÁPIO
2. BERÇÁRIO 2 AS REFEIÇÕES SALGADAS DEVEM SER AMASSADAS COM O GARFO.

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



PREFEITURA MUNICIPAL DE VÁRZEA PAULISTA

CARDÁPIO CRECHE JANEIRO 2023

5ª SEMANA 01 A 03 ANOS (Berçário 2)

HORÁRIOS/ DIAS SEMANA	DESJEJUM 7:15 ÀS 7:50 HS ENTRADA 12:30 ÀS 14 HS	Colação 8:30 ÀS 8:45 HS Lanche 13:30 ÀS 14 HS	ALMOÇO 9:30 ÀS 11 HS JANTAR 14:30 AS 16 HS
SEGUNDA	30 LEITE COM CACAU E BISCOITOS	MELANCIA	ARROZ /CALDO DE FEIJÃO ABÓBORA REFOGADA CARNE BOVINA MOÍDA E MOLHO TOMATE COM CENOURA
TERÇA	31 SUCO LARANJA E BISCOITOS	MAÇÃ	ARROZ /CALDO DE FEIJÃO CENOURA REFOGADA FRANGO PICADO E MOLHO TOMATE COM CENOURA
QUARTA			
QUINTA			
SEXTA			

OBSERVAÇÕES :

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES

1. AS FRUTAS DEVERÃO SER SERVIDAS DE ACORDO COM O CARDÁPIO
2. BERÇÁRIO 2 AS REFEIÇÕES SALGADAS DEVEM SER AMASSADAS COM O GARFO.

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