



PREFEITURA MUNICIPAL DE VÁRZEA PAULISTA

CARDÁPIO CRECHE MARÇO 2023

1ª SEMANA 07 a 11 meses (Berçário 1)

HORÁRIOS/ DIAS SEMANA	DESJEJUM 7:30 HS		Colação 9 HS	ALMOÇO 10:45 HS	ENTRADA 12:30 HS		Lanche 14:15 HS	JANTAR 15:30 HS
SEGUNDA	27				27			
TERÇA	28				28			
QUARTA	1	MAMADEIRA - LEITE	BANANA AMASSADA COM AVEIA	ARROZ/CALDO DE FEIJÃO CHUCHU REFOGADO CARNE BOVINA MOÍDA MOLHO DE TOMATE	1	MAMADEIRA - LEITE	MAÇÃ RASPADA COM COLHER	ARROZ /CALDO DE FEIJÃO MANDIOQUINHA COZIDA FRANGO DESFIADO EM TIRAS E MOLHO TOMATE CHEIRO VERDE
QUINTA	2	MAMADEIRA - LEITE	MAÇÃ RASPADA COM COLHER	ARROZ /CALDO DE FEIJÃO MANDIOQUINHA COZIDA FRANGO DESFIADO EM TIRAS E MOLHO TOMATE CHEIRO VERDE	2	MAMADEIRA - LEITE	BANANA AMASSADA COM AVEIA	ARROZ /CALDO DE FEIJÃO ABOBRINHA REFOGADA FRANGO DESFIADO E MOLHO TOMATE E CENOURA
SEXTA	3	MAMADEIRA - LEITE	FRUTA DA ÉPOCA	ARROZ /CALDO DE FEIJÃO ABOBRINHA REFOGADA FRANGO DESFIADO E MOLHO TOMATE E CENOURA	3	MAMADEIRA - LEITE	SUCO DE FRUTA	ARROZ/CALDO DE FEIJÃO CHUCHU REFOGADO CARNE BOVINA MOÍDA E MOLHO DE 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.

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

Composição Nutricional Média Semanal 70%- Referência - PNAE

Calorias	Prot g	Lipídeo g	Carboidrato g	Vitamina A mcg	Vitamina C mg	Cálcio mg	Ferro mg
678,80	31,18	24,05	88,08	639,31	20,16	493,65	3,26



PREFEITURA MUNICIPAL DE VÁRZEA PAULISTA

CARDÁPIO CRECHE MARÇO 2023

2ª SEMANA 07 a 11 meses (Berçário 1)

HORÁRIOS/ DIAS SEMANA	DESJEJUM 7:30 HS		Colação 9 HS	ALMOÇO 10:45 HS	ENTRADA 12:30 HS		Lanche 14:15 HS	JANTAR 15:30 HS
SEGUNDA	6	MAMADEIRA - LEITE	MELANCIA PICADA	ARROZ /CALDO DE FEIJÃO ABÓBORA REFOGADA FRANGO DESFIADO EM TIRAS E MOLHO TOMATE E CHEIRO VERDE	6	MAMADEIRA - LEITE	PERA RASPADA COM COLHER	ARROZ /CALDO DE FEIJÃO CENOURA COZIDA CARNE BOVINA MOÍDA E MOLHO TOMATE
TERÇA	7	MAMADEIRA - LEITE	PERA RASPADA COM COLHER	ARROZ /CALDO DE FEIJÃO CENOURA COZIDA CARNE BOVINA MOÍDA E MOLHO TOMATE	7	MAMADEIRA - LEITE	MELANCIA PICADA	ARROZ /CALDO DE FEIJÃO ABÓBORA REFOGADA FRANGO DESFIADO EM TIRAS E MOLHO TOMATE E CHEIRO VERDE
QUARTA	8	MAMADEIRA - LEITE	BANANA AMASSADA COM AVEIA	ARROZ /CALDO DE FEIJÃO CHUCHU E CENOURA REFOGADOS FRANGO DESFIADO EM TIRAS E MOLHO TOMATE	8	MAMADEIRA - LEITE	BANANA AMASSADA COM AVEIA	SOPA MACARRÃO/ CALDO DE FEIJÃO CARÁ E CENOURA FRANGO DESFIADO E MOLHO TOMATE
QUINTA	9	MAMADEIRA - LEITE	SALADA DE FRUTAS MELANCIA BANANA E MAMÃO	SOPA MACARRÃO/ CALDO DE FEIJÃO CARÁ E CENOURA FRANGO DESFIADO E MOLHO TOMATE	9	MAMADEIRA - LEITE	MAÇÃ RASPADA COM COLHER	ARROZ /CALDO DE FEIJÃO CHUCHU E CENOURA REFOGADOS FRANGO DESFIADO EM TIRAS E MOLHO TOMATE
SEXTA	10	MAMADEIRA - LEITE	MAÇÃ RASPADA COM COLHER	ARROZ /CALDO DE FEIJÃO BATATA COZIDA E CHEIRO VERDE CARNE BOVINA MOÍDA E MOLHO TOMATE E CENOURA	10	MAMADEIRA - LEITE	SALADA DE FRUTAS MELANCIA BANANA E MAMÃO	ARROZ /CALDO DE FEIJÃO BATATA COZIDA E CHEIRO VERDE CARNE BOVINA MOÍDA E MOLHO TOMATE E 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 MARÇO 2023

3ª SEMANA 07 a 11 meses (Berçário 1)

HORÁRIOS/ DIAS SEMANA	DESJEJUM 7:30 HS		Colação 9 HS	ALMOÇO 10:45 HS	ENTRADA 12:30 HS		Lanche 14:15 HS	JANTAR 15:30 HS
SEGUNDA	13	MAMADEIRA - LEITE	MELANCIA PICADA	ARROZ /CALDO DE FEIJÃO CHUCHU TOMATE REFOGADOS CARNE BOVINA MOÍDA E MOLHO TOMATE COM CENOURA	13	MAMADEIRA - LEITE	MELÃO PICADO	ARROZ/CALDO DE FEIJÃO BETERRABA COZIDA FRANGO EM TIRAS E MOLHO TOMATE E CENOURA
TERÇA	14	MAMADEIRA - LEITE	MAMÃO	ARROZ/CALDO DE FEIJÃO ABOBRINHA REFOGADA FRANGO DESFIADO E MOLHO TOMATE E CENOURA	14	MAMADEIRA - LEITE	MELANCIA PICADA	ARROZ /CALDO DE FEIJÃO CHUCHU TOMATE REFOGADOS CARNE BOVINA MOÍDA E MOLHO TOMATE COM CENOURA
QUARTA	15	MAMADEIRA - LEITE	BANANA AMASSADA COM AVEIA	ARROZ/CALDO DE FEIJÃO BETERRABA COZIDA FRANGO EM TIRAS E MOLHO TOMATE E CENOURA	15	MAMADEIRA - LEITE	MAMÃO	ARROZ/CALDO DE FEIJÃO ABOBRINHA REFOGADA FRANGO DESFIADO E MOLHO TOMATE E CENOURA
QUINTA	16	MAMADEIRA - LEITE	MAÇÃ RASPADA COM COLHER	SOPA DE MACARRÃO FEIJÃO ABÓBORA COZIDA CARNE BOVINA MOÍDA E MOLHO TOMATE E CENOURA	16	MAMADEIRA - LEITE	MAÇÃ RASPADA COM COLHER	ARROZ/CALDO DE FEIJÃO CENOURA COZIDA FRANGO DESFIADO E MOLHO TOMATE
SEXTA	17	MAMADEIRA - LEITE	BANANA AMASSADA COM AVEIA	ARROZ/CALDO DE FEIJÃO CENOURA COZIDA FRANGO DESFIADO E MOLHO TOMATE	17	MAMADEIRA - LEITE	BANANA AMASSADA COM AVEIA	SOPA DE MACARRÃO FEIJÃO ABÓBORA COZIDA CARNE BOVINA MOÍDA E MOLHO TOMATE E 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 MARÇO 2023

4ª SEMANA 07 a 11 meses (Berçário 1)

SEGUNDA	20	PONTO	FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO	20	PONTO	FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO
TERÇA	21	FERIADO	MUNICIPAL	FERIADO MUNICIPAL	21	FERIADO	MUNICIPAL	FERIADO MUNICIPAL
QUARTA	22	MAMADEIRA - LEITE	MELANCIA PICADA	ARROZ /CALDO DE FEIJÃO ABÓBORA REFOGADA CARNE BOVINA MOÍDA E MOLHO TOMATE COM CENOURA	22	MAMADEIRA - LEITE	MAÇÃ RASPADA COM COLHER	ARROZ /CALDO DE FEIJÃO BETERRABA REFOGADA CARNE BOVINA MOÍDA E MOLHO TOMATE COM CENOURA
QUINTA	23	MAMADEIRA - LEITE	MAÇÃ RASPADA COM COLHER	SOPA MACARRÃO /CALDO DE FEIJÃO CENOURA E BATATA COZIDA CARNE BOVINA CUBOS E MOLHO TOMATE	23	MAMADEIRA - LEITE	MELANCIA PICADA	ARROZ /CALDO DE FEIJÃO ABOBRINHA REFOGADA FRANGO DESFIADO E MOLHO TOMATE COM CENOURA
SEXTA	24	MAMADEIRA - LEITE	BANANA AMASSADA COM AVEIA	ARROZ /CALDO DE FEIJÃO ABOBRINHA REFOGADA FRANGO DESFIADO E MOLHO TOMATE COM CENOURA	24	MAMADEIRA - LEITE	BANANA AMASSADA COM AVEIA	SOPA MACARRÃO /CALDO DE FEIJÃO CENOURA E BATATA COZIDA CARNE BOVINA CUBOS 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.

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



PREFEITURA MUNICIPAL DE VÁRZEA PAULISTA

CARDÁPIO CRECHE MARÇO 2023

5ª SEMANA 07 a 11 meses (Berçário 1)

HORÁRIOS/ DIAS SEMANA	DESJEJUM 7:30 HS		Colação 9 HS	ALMOÇO 10:45 HS	ENTRADA 12:30 HS		Lanche 14:15 HS	JANTAR 15:30 HS
SEGUNDA	27	MAMADEIRA - LEITE	MELANCIA PICADA	ARROZ /CALDO DE FEIJÃO ABOBRINHA REFOGADA FRANGO DESFIADO E MOLHO TOMATE COM CENOURA	27	MAMADEIRA - LEITE	MAÇÃ RASPADA COM COLHER	ARROZ /CALDO DE FEIJÃO CENOURA REFOGADA COXA E SOBRECOXA DE FRANGO E MOLHO TOMATE COM CENOURA
TERÇA	28	MAMADEIRA - LEITE	PERA RASPADA COM COLHER	ARROZ /CALDO DE FEIJÃO CENOURA REFOGADA COXA E SOBRECOXA DE FRANGO E MOLHO TOMATE COM CENOURA	28	MAMADEIRA - LEITE	BANANA AMASSADA COM AVEIA	ARROZ /CALDO DE FEIJÃO CHUCHU REFOGADO CARNE BOVINA MOÍDA E MOLHO TOMATE
QUARTA	29	MAMADEIRA - LEITE	BANANA AMASSADA COM AVEIA	ARROZ /CALDO DE FEIJÃO CHUCHU REFOGADO CARNE BOVINA MOÍDA E MOLHO TOMATE	29	MAMADEIRA - LEITE	PERA RASPADA COM COLHER	SOPA DE MACARRÃO FEIJÃO ABÓBORA COZIDA CARNE BOVINA MOÍDA E MOLHO TOMATE E CENOURA
QUINTA	30	MAMADEIRA - LEITE	MAÇÃ RASPADA COM COLHER	SOPA DE MACARRÃO FEIJÃO ABÓBORA COZIDA CARNE BOVINA MOÍDA E MOLHO TOMATE E CENOURA	30	MAMADEIRA - LEITE	MELANCIA PICADA	ARROZ/ CALDO DE FEIJÃO BETERRABA COZIDA FRANGO DESFIADO E MOLHO DE TOMATE E CENOURA
SEXTA	31	MAMADEIRA - LEITE	MAMÃO	ARROZ/ CALDO DE FEIJÃO BETERRABA COZIDA FRANGO DESFIADO E MOLHO DE TOMATE E CENOURA	31	MAMADEIRA - LEITE	MAMÃO	ARROZ/ CALDO DE FEIJÃO BETERRABA COZIDA FRANGO DESFIADO E MOLHO DE TOMATE E 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