



PREFEITURA MUNICIPAL DE VÁRZEA PAULISTA

CARDÁPIO CRECHE ABRIL 2023


1ª SEMANA 01 A 03 ANOS (Berçário 2)

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	3	CEREAL DE MILHO COM LEITE	MELANCIA PICADA	ARROZ/ FEIJÃO CHUCHU REFOGADO OVOS MEXIDOS E MOLHO TOMATE E CENOURA	CEREAL DE MILHO COM LEITE	ABACAXI PICADO	ARROZ/ FEIJÃO MANDIOQUINHA REFOGADA CARNE BOVINA MOÍDA E MOLHO TOMATE E CENOURA
TERÇA	4	LEITE COM CACAU E BISCOITOS	BANANA AMASSADA COM AVEIA	ARROZ/ FEIJÃO MANDIOQUINHA REFOGADA CARNE BOVINA MOÍDA E MOLHO TOMATE E CENOURA	LEITE COM CACAU E BISCOITOS	BANANA AMASSADA COM AVEIA	ARROZ/ FEIJÃO CHUCHU REFOGADO OVOS MEXIDOS E MOLHO TOMATE E CENOURA
QUARTA	5	MELANCIA PICADA	BOLO DE CENOURA COM COBERTURA DE CACAU	PÃO COM FRANGO DESFIADO E MOLHO DE TOMATE	MELANCIA PICADA	BOLO DE CENOURA COM COBERTURA DE CACAU	PÃO COM FRANGO DESFIADO E MOLHO DE TOMATE
QUINTA	6	PONTO FACULTATIVO					
SEXTA	7	FERIADO NACIONAL					

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

Composição Nutricional Média Semanal 70%- Referência - PNAE

Calorias	Prot g	Lípidos g	Carboidrato g	Vitamina A mcg	Vitamina C mcg	Cálcio mg	Ferro ng
763,50	26,87	25,92	107,80	563,32	50,26	291,03	3,89



PREFEITURA MUNICIPAL DE VÁRZEA PAULISTA

CARDÁPIO CRECHE ABRIL 2023

2ª SEMANA 01 A 03 ANOS (Berçário 2)

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	10	CEREAL DE MILHO COM LEITE	MELANCIA PICADA	ARROZ /FEIJÃO ABÓBORA REFOGADA OVOS COZIDOS E MOLHO TOMATE E CHEIRO VERDE	LEITE COM CACAU E BISCOITOS	MAÇÃ CORTADA AO MEIO	ARROZ / FEIJÃO CHUCHU E CENOURA REFOGADOS FRANGO DESFIADO EM TIRAS E MOLHO TOMATE
TERÇA	11	SUCO LARANJA E PÃO COM MANTEIGA	BANANA AMASSADA COM AVEIA	ARROZ /FEIJÃO SALADA ALFACE E CENOURA CARNE BOVINA MOÍDA E MOLHO TOMATE	CEREAL DE MILHO COM LEITE	MAMÃO PICADO	ARROZ /FEIJÃO ABÓBORA REFOGADA OVOS COZIDOS E MOLHO TOMATE E CHEIRO VERDE
QUARTA	12	CEREAL DE MILHO COM LEITE	PERA CORTADA AO MEIO	ARROZ / FEIJÃO CHUCHU E CENOURA REFOGADOS FRANGO DESFIADO EM TIRAS E MOLHO TOMATE	SUCO LARANJA E PÃO COM MANTEIGA	BANANA AMASSADA COM AVEIA	ARROZ / FEIJÃO SALADA DE BATATA COZIDA COM CHEIRO VERDE CARNE BOVINA MOÍDA E MOLHO TOMATE E CENOURA
QUINTA	13	SUCO MELANCIA PÃO COM MANTEIGA	MAÇÃ CORTADA AO MEIO	SOPA MACARRÃO/ FEIJÃO CARÁ E CENOURA FRANGO DESFIADO E MOLHO TOMATE	CEREAL DE MILHO COM LEITE	MELANCIA PICADA	ARROZ / FEIJÃO ABOBRINHA COM CHEIRO VERDE CARNE BOVINA MOÍDA E MOLHO TOMATE E CENOURA
SEXTA	14	LEITE COM CACAU E BISCOITOS	MAMÃO PICADO	ARROZ / FEIJÃO SALADA DE BATATA COZIDA COM CHEIRO VERDE CARNE BOVINA MOÍDA E MOLHO TOMATE E CENOURA	SUCO MELANCIA PÃO COM MANTEIGA	PERA CORTADA AO MEIO	ARROZ /FEIJÃO SALADA ALFACE E CENOURA CARNE BOVINA MOÍDA E MOLHO TOMATE

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

Composição Nutricional Média Semanal 70%- Referência - PNAE

Calorias	Prot g	Lipídeos g	Carboidrato g	Vitamina A mcg	Vitamina C mcg	Cálcio mg	Ferro ng
763,50	26,87	25,92	107,80	563,32	50,26	291,03	3,89



PREFEITURA MUNICIPAL DE VÁRZEA PAULISTA

CARDÁPIO CRECHE ABRIL 2023

3ª SEMANA 01 A 03 ANOS (Berçário 2)

HORÁRIOS/ DIAS		DESJEJUM 7:30 HS	COLAÇÃO 9 HS	ALMOÇO 10:45 HS	ENTRADA 12:30 HS	LANCHE 14:15 HS	JANTAR 15:30 HS
SEMANA							
SEGUNDA	17	CEREAL DE MILHO COM LEITE	MELANCIA PICADA	ARROZ / FEIJÃO CHUCHU TOMATE REFOGADOS CARNE BOVINA MOÍDA E MOLHO TOMATE COM CENOURA	LEITE COM CACAU E BISCOITOS	MAÇÃ CORTADA AO MEIO	ARROZ/FEIJÃO MANDIOCA COZIDA FRANGO EM TIRAS E MOLHO TOMATE E CENOURA
TERÇA	18	SUCO LARANJA E PÃO COM MANTEIGA	MAMÃO PICADO	ARROZ/ FEIJÃO SALADA DE REPOLHO ABOBRINHA REFOGADA FRANGO DESFIADO E MOLHO TOMATE E CENOURA	SUCO LARANJA E PÃO COM MANTEIGA	BANANA AMASSADA COM AVEIA	ARROZ / FEIJÃO CHUCHU TOMATE REFOGADOS CARNE BOVINA MOÍDA E MOLHO TOMATE COM CENOURA
QUARTA	19	LEITE COM CACAU E BISCOITOS	BANANA AMASSADA COM AVEIA	ARROZ/FEIJÃO MANDIOCA COZIDA FRANGO EM TIRAS E MOLHO TOMATE E CENOURA	CEREAL DE MILHO COM LEITE	MAMÃO PICADO	SOPA DE MACARRÃO FEIJÃO ABÓBORA COZIDA CARNE BOVINA MOÍDA E MOLHO TOMATE E CENOURA
QUINTA	20	SUCO MELANCIA PÃO COM MANTEIGA	MAÇÃ CORTADA AO MEIO	SOPA DE MACARRÃO FEIJÃO ABÓBORA COZIDA CARNE BOVINA MOÍDA E MOLHO TOMATE E CENOURA	SUCO MELANCIA PÃO COM MANTEIGA	MELANCIA PICADA	ARROZ/ FEIJÃO SALADA DE REPOLHO ABOBRINHA REFOGADA FRANGO DESFIADO E MOLHO TOMATE E CENOURA
SEXTA	21	FERIADO NACIONAL					

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

Composição Nutricional Média Semanal 70%- Referência - PNAE

Calorias	Prot g	Lipídeos g	Carboidrato g	Vitamina A mcg	Vitamina C mcg	Cálcio mg	Ferro ng
763,50	26,87	25,92	107,80	563,32	50,26	291,03	3,89



PREFEITURA MUNICIPAL DE VÁRZEA PAULISTA

CARDÁPIO CRECHE ABRIL 2023

4ª SEMANA 01 A 03 ANOS (Berçário 2)

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	24	CEREAL DE MILHO COM LEITE	MELANCIA PICADA	SOPA MACARRÃO / FEIJÃO CENOURA E INHAME CARNE BOVINA CUBOS E MOLHO TOMATE	LEITE COM CACAU E BISCOITOS	MAÇÃ CORTADA AO MEIO	ARROZ / FEIJÃO ABÓBORA REFOGADA CARNE BOVINA MOÍDA E MOLHO TOMATE CENOURA
TERÇA	25	SUCO LARANJA E PÃO COM MANTEIGA	MELÃO PICADO OU SUCO	ARROZ/FEIJÃO CHUCHU REFOGADO COXA E SOBRECOXA DE FRANGO MOLHO DE TOMATE E CENOURA	SUCO MELANCIA PÃO COM MANTEIGA	PERA CORTADA AO MEIO	ARROZ / FEIJÃO ABOBRINHA REFOGADA FRANGO DESFIADO E MOLHO TOMATE ECENOURA
QUARTA	26	CEREAL DE MILHO COM LEITE	MAÇÃ CORTADA AO MEIO	ARROZ / FEIJÃO SALADA DE ALFACE ABÓBORA REFOGADA CARNE BOVINA MOÍDA E MOLHO TOMATE COM CENOURA	CEREAL DE MILHO COM LEITE	BANANA AMASSADA COM AVEIA	SOPA MACARRÃO / FEIJÃO CENOURA E BATATA COZIDA FRANGO EM TIRAS E MOLHO TOMATE
QUINTA	27	SUCO MELANCIA PÃO COM MANTEIGA	BANANA AMASSADA COM AVEIA	SOPA MACARRÃO / FEIJÃO CENOURA E BATATA COZIDA FRANGO EM TIRAS E MOLHO TOMATE	SUCO LARANJA E PÃO COM MANTEIGA	MELANCIA PICADA	ARROZ / FEIJÃO ABOBRINHA REFOGADA FRANGO DESFIADO E MOLHO TOMATE ECENOURA
SEXTA	28	LEITE COM CACAU E BISCOITOS	PERA CORTADA AO MEIO	ARROZ / FEIJÃO ABOBRINHA REFOGADA FRANGO DESFIADO E MOLHO TOMATE COM CENOURA	CEREAL DE MILHO COM LEITE	MELÃO PICADO OU SUCO	ARROZ / FEIJÃO ABÓBORA REFOGADA CARNE BOVINA MOÍDA 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.

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

Composição Nutricional Média Semanal 70%- Referência - PNAE

Calorias	Prot g	Lipídeos g	Carboidrato g	Vitamina A mcg	Vitamina C mcg	Cálcio mg	Ferro ng
763,50	26,87	25,92	107,80	563,32	50,26	291,03	3,89



PREFEITURA MUNICIPAL DE VÁRZEA PAULISTA

CARDÁPIO CRECHE ABRIL 2023


5ª SEMANA 01 A 03 ANOS (Berçário 2)

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						
TERÇA						
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

Composição Nutricional Média Semanal 70%- Referência - PNAE

Calorias	Prot g	Lipídeos g	Carboidrato g	Vitamina A mcg	Vitamina C mcg	Cálcio mg	Ferro ng