



**PREFEITURA MUNICIPAL DE VÁRZEA PAULISTA**

**CARDÁPIO CRECHE MAIO 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	1	FERIADO NACIONAL					
TERÇA	2	MAMADEIRA - LEITE	MAÇÃ RASPADA COM COLHER	SOPA CANJA CENOURA E BATATA FRANGO EM TIRAS E MOLHO DE TOMATE	MAMADEIRA - LEITE	SALADA DE FRUTAS MAMÃO BANANA	ARROZ/ CALDO FEIJÃO ABÓBORA REFOGADA CARNE BOVINA MOÍDA E MOLHO DE TOMATE
QUARTA	3	MAMADEIRA - LEITE	BANANA AMASSADA	ARROZ/ CALDO FEIJÃO ABÓBORA REFOGADA CARNE BOVINA MOÍDA E MOLHO DE TOMATE	MAMADEIRA - LEITE	MAÇÃ RASPADA COM COLHER	SOPA CANJA CENOURA E BATATA FRANGO EM TIRAS E MOLHO DE TOMATE
QUINTA	4	MAMADEIRA - LEITE	SALADA DE FRUTAS MAMÃO BANANA	SOPA MACARRÃO/FEIJÃO MANDIOCA E CENOURA CARNE BOVINA MOÍDA E MOLHO DE TOMATE	MAMADEIRA - LEITE	BANANA AMASSADA	ARROZ/ CALDO FEIJÃO MANDIOQUINHA REFOGADA FRANGO EM TIRAS E MOLHO DE TOMATE E CENOURA
SEXTA	5	MAMADEIRA - LEITE	MELANCIA	ARROZ/ CALDO FEIJÃO MANDIOQUINHA REFOGADA FRANGO EM TIRAS E MOLHO DE TOMATE E CENOURA	MAMADEIRA - LEITE	MAMÃO PICADO	SOPA MACARRÃO/FEIJÃO MANDIOCA E CENOURA CARNE BOVINA MOÍDA E MOLHO DE TOMATE

**OBSERVAÇÕES :**

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES

1. AS FRUTAS DEVERÃO SER SERVIDAS DE ACORDO COM O CARDÁPIO

2. 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	Lipídeos g	Carboidrato g	Vitamina A mcg	Vitamina C mcg	Cálcio mg	Ferro ng
678,78	31,16	23,90	88,50	582,62	19,37	493,64	3,01



**PREFEITURA MUNICIPAL DE VÁRZEA PAULISTA**

**CARDÁPIO CRECHE MAIO 2023**

**2ª SEMANA 07 a 11 meses (Berçário 1)**

<b>HORÁRIOS/ DIAS SEMANA</b>	<b>DESJEJUM 7:30 HS</b>	<b>Colação 9 HS</b>	<b>ALMOÇO 10:45 HS</b>	<b>ENTRADA 12:30 HS</b>	<b>Lanche 14:15 HS</b>	<b>JANTAR 15:30 HS</b>
----------------------------------	-------------------------	---------------------	------------------------	-------------------------	------------------------	------------------------

**2ª SEMANA 07 a 11 meses (Berçário 1)**

<b>SEGUNDA</b>	<b>8</b>	<b>MAMADEIRA - LEITE</b>	<b>MELANCIA</b>	<b>ARROZ /CALDO DE FEIJÃO ABÓBORA REFOGADA FRANGO EM TIRAS E MOLHO TOMATE E CHEIRO VERDE</b>	<b>MAMADEIRA - LEITE</b>	<b>MAÇÃ RASPADA COM COLHER</b>	<b>ARROZ /CALDO FEIJÃO CENOURA COZIDA CARNE BOVINA MOÍDA E MOLHO TOMATE</b>
<b>TERÇA</b>	<b>9</b>	<b>MAMADEIRA - LEITE</b>	<b>PERA RASPADA COM COLHER</b>	<b>ARROZ /CALDO FEIJÃO CENOURA COZIDA CARNE BOVINA MOÍDA E MOLHO TOMATE</b>	<b>MAMADEIRA - LEITE</b>	<b>BANANA AMASSADA</b>	<b>SOPA MACARRÃO / CALDO FEIJÃO CHUCHU E CENOURA REFOGADOS FRANGO DESFIADO EM TIRAS E MOLHO TOMATE</b>
<b>QUARTA</b>	<b>10</b>	<b>MAMADEIRA - LEITE</b>	<b>BANANA AMASSADA</b>	<b>SOPA MACARRÃO / CALDO FEIJÃO CHUCHU E CENOURA REFOGADOS FRANGO DESFIADO EM TIRAS E MOLHO TOMATE</b>	<b>MAMADEIRA - LEITE</b>	<b>PERA RASPADA COM COLHER</b>	<b>ARROZ /CALDO DE FEIJÃO ABÓBORA REFOGADA FRANGO EM TIRAS E MOLHO TOMATE E CHEIRO VERDE</b>
<b>QUINTA</b>	<b>11</b>	<b>MAMADEIRA - LEITE</b>	<b>MAÇÃ RASPADA COM COLHER</b>	<b>SOPA MACARRÃO/ FEIJÃO CARÁ E CENOURA FRANGO DESFIADO E MOLHO TOMATE</b>	<b>MAMADEIRA - LEITE</b>	<b>MELANCIA</b>	<b>ARROZ / CALDO FEIJÃO BETERRABA COM CHEIRO VERDE CARNE BOVINA MOÍDA E MOLHO TOMATE E CENOURA</b>
<b>SEXTA</b>	<b>12</b>	<b>MAMADEIRA - LEITE</b>	<b>SALADA DE FRUTAS MAMÃO BANANA</b>	<b>ARROZ /CALDO FEIJÃO BETERRABA COM CHEIRO VERDE CARNE BOVINA MOÍDA E MOLHO TOMATE E CENOURA</b>	<b>MAMADEIRA - LEITE</b>	<b>SALADA DE FRUTAS MAMÃO BANANA</b>	<b>SOPA MACARRÃO/ FEIJÃO CARÁ E CENOURA FRANGO DESFIADO E MOLHO TOMATE</b>

**OBSERVAÇÕES :**

**CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES**

- 1. AS FRUTAS DEVERÃO SER SERVIDAS DE ACORDO COM O CARDÁPIO**
- 2. 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**

<b>Calorias</b>	<b>Prot g</b>	<b>Lipídeos g</b>	<b>Carboidrato g</b>	<b>Vitamina A mcg</b>	<b>Vitamina C mcg</b>	<b>Cálcio mg</b>	<b>Ferro ng</b>
678,78	31,16	23,90	88,50	582,62	19,37	493,64	3,01



**PREFEITURA MUNICIPAL DE VÁRZEA PAULISTA**

**CARDÁPIO CRECHE MAIO 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	15	MAMADEIRA - LEITE	MAÇÃ RASPADA COM COLHER	ARROZ / CALDO FEIJÃO CHUCHU TOMATE REFOGADOS CARNE BOVINA MOÍDA E MOLHO TOMATE COM CENOURA	MAMADEIRA - LEITE	MELANCIA	ARROZ/ CALDO FEIJÃO VERDURA ACELGA REFOGADA FRANGO DESFIADO E MOLHO TOMATE E CENOURA
TERÇA	16	MAMADEIRA - LEITE	MAMÃO PICADO	SOPA CANJA BATATA E CENOURA FRANGO DESFIADO E TOMATE E CHEIRO VERDE	MAMADEIRA - LEITE	PERA RASPADA COM COLHER	ARROZ / CALDO FEIJÃO CHUCHU TOMATE REFOGADOS CARNE BOVINA MOÍDA E MOLHO TOMATE COM CENOURA
QUARTA	17	MAMADEIRA - LEITE	BANANA AMASSADA	ARROZ/ CALDO FEIJÃO ABOBRINHA COZIDA FRANGO EM TIRAS E MOLHO TOMATE E CENOURA	MAMADEIRA - LEITE	MAMÃO PICADO	SOPA CANJA BATATA E CENOURA FRANGO DESFIADO E TOMATE E CHEIRO VERDE
QUINTA	18	MAMADEIRA - LEITE	MELANCIA	SOPA DE MACARRÃO FEIJÃO ABÓBORA COZIDA CARNE BOVINA MOÍDA E MOLHO TOMATE E CENOURA	MAMADEIRA - LEITE	BANANA AMASSADA	ARROZ/ CALDO FEIJÃO ABOBRINHA COZIDA FRANGO EM TIRAS E MOLHO TOMATE E CENOURA
SEXTA	19	MAMADEIRA - LEITE	PERA RASPADA COM COLHER	ARROZ/ CALDO FEIJÃO VERDURA ACELGA REFOGADA FRANGO DESFIADO E MOLHO TOMATE E CENOURA	MAMADEIRA - LEITE	MAÇÃ RASPADA COM COLHER	SOPA DE MACARRÃO FEIJÃO ABÓBORA COZIDA 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 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	Lipídeos g	Carboidrato g	Vitamina A mcg	Vitamina C mcg	Cálcio mg	Ferro ng
678,78	31,16	23,90	88,50	582,62	19,37	493,64	3,01



**PREFEITURA MUNICIPAL DE VÁRZEA PAULISTA**

**CARDÁPIO CRECHE MAIO 2023**

**4ª 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	22	MAMADEIRA - LEITE	MELANCIA	SOPA CANJA CENOURA E BATATA FRANGO EM TIRAS E MOLHO DE TOMATE	MAMADEIRA - LEITE	MAÇÃ RASPADA COM COLHER	ARROZ / CALDO FEIJÃO ABÓBORA REFOGADA CARNE BOVINA MOÍDA E MOLHO TOMATE COM CENOURA
TERÇA	23	MAMADEIRA - LEITE	MELÃO SUCO	ARROZ /CALDO FEIJÃO ABOBRINHA REFOGADA FRANGO DESFIADO E MOLHO TOMATE COM CENOURA	MAMADEIRA - LEITE	PERA RASPADA COM COLHER	ARROZ /CALDO FEIJÃO CHUCHU REFOGADO COXA E SOBRECOXA DE FRANGO E MOLHO TOMATE COM CENOURA
QUARTA	24	MAMADEIRA - LEITE	BANANA AMASSADA COM AVEIA	ARROZ / CALDO FEIJÃO ABÓBORA REFOGADA CARNE BOVINA MOÍDA E MOLHO TOMATE COM CENOURA	MAMADEIRA - LEITE	MELÃO SUCO	SOPA CANJA CENOURA E BATATA FRANGO EM TIRAS E MOLHO DE TOMATE
QUINTA	25	MAMADEIRA - LEITE	MAÇÃ RASPADA COM COLHER	SOPA MACARRÃO / FEIJÃO CENOURA E MANDIOCA COZIDA FRANGO EM TIRAS E MOLHO TOMATE	MAMADEIRA - LEITE	MELANCIA	ARROZ /CALDO FEIJÃO ABOBRINHA REFOGADA FRANGO DESFIADO E MOLHO TOMATE COM CENOURA
SEXTA	26	MAMADEIRA - LEITE	PERA RASPADA COM COLHER	ARROZ /CALDO FEIJÃO ABOBRINA REFOGADA COXA E SOBRECOXA DE FRANGO E MOLHO TOMATE COM CENOURA	MAMADEIRA - LEITE	BANANA AMASSADA COM AVEIA	SOPA MACARRÃO / FEIJÃO CENOURA E MANDIOCA COZIDA FRANGO EM TIRAS E MOLHO TOMATE

**OBSERVAÇÕES :**

**CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES**

1. AS FRUTAS DEVERÃO SER SERVIDAS DE ACORDO COM O CARDÁPIO
2. 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	Lipídeos g	Carboidrato g	Vitamina A mcg	Vitamina C mcg	Cálcio mg	Ferro ng
678,78	31,16	23,90	88,50	582,62	19,37	493,64	3,01



**PREFEITURA MUNICIPAL DE VÁRZEA PAULISTA**

**CARDÁPIO CRECHE MAIO 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	29	MAMADEIRA - LEITE	MELANCIA	ARROZ /CALDO DE FEIJÃO ABOBRINHA REFOGADA FRANGO DESFIADO E MOLHO TOMATE COM CENOURA	MAMADEIRA - LEITE	MAÇÃ RASPADA COM COLHER	SOPA MACARRÃO / FEIJÃO CENOURA E INHAME CARNE BOVINA CUBOS E MOLHO TOMATE
TERÇA	30	MAMADEIRA - LEITE	MAMÃO PICADO	ARROZ /CALDO DE FEIJÃO CENOURA REFOGADA COXA E SOBRECOXA DE FRANGO MOLHO TOMATE COM CENOURA	MAMADEIRA - LEITE	BANANA AMASSADA COM AVEIA	ARROZ /CALDO DE FEIJÃO ABOBRINHA REFOGADA FRANGO DESFIADO E MOLHO TOMATE COM CENOURA
QUARTA	31	MAMADEIRA - LEITE	BANANA AMASSADA COM AVEIA	SOPA MACARRÃO / FEIJÃO CENOURA E INHAME CARNE BOVINA CUBOS E MOLHO TOMATE	MAMADEIRA - LEITE	MAMÃO PICADO	ARROZ /CALDO DE FEIJÃO CENOURA REFOGADA COXA E SOBRECOXA DE FRANGO E MOLHO TOMATE COM CENOURA
QUINTA							
SEXTA							

**OBSERVAÇÕES :**

**CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES**

1. AS FRUTAS DEVERÃO SER SERVIDAS DE ACORDO COM O CARDÁPIO
2. 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	Lipídeos g	Carboidrato g	Vitamina A mcg	Vitamina C mcg	Cálcio mg	Ferro ng
678,78	31,16	23,90	88,50	582,62	19,37	493,64	3,01