



**PREFEITURA MUNICIPAL DE VÁRZEA PAULISTA**

**CARDÁPIO CRECHE JUNHO 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							
TERÇA							
QUARTA							
QUINTA	1	MAMADEIRA - LEITE	SALADA DE FRUTAS MAMÃO BANANA	SOPA MACARRÃO/FEIJÃO MANDIOQUINHA E CENOURA CARNE BOVINA MOÍDA E MOLHO DE TOMATE	MAMADEIRA - LEITE	MELANCIA PICADA	ARROZ/ CALDO FEIJÃO MANDIOCA REFOGADA FRANGO EM TIRAS E MOLHO DE TOMATE E CENOURA
SEXTA	2	MAMADEIRA - LEITE	MELANCIA PICADA	ARROZ/ CALDO FEIJÃO MANDIOCA REFOGADA FRANGO EM TIRAS E MOLHO DE TOMATE E CENOURA	MAMADEIRA - LEITE	SALADA DE FRUTAS MAMÃO BANANA	SOPA MACARRÃO/FEIJÃO MANDIOQUINHA 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
678,61	30,91	24,07	91,03	578,69	24,28	494,45	3,13



**PREFEITURA MUNICIPAL DE VÁRZEA PAULISTA**

**CARDÁPIO CRECHE JUNHO 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
<b>2ª SEMANA 07 a 11 meses (Berçário 1)</b>							
SEGUNDA	5	MAMADEIRA - LEITE	MELANCIA PICADA	ARROZ /CALDO DE FEIJÃO BETERRABA REFOGADA FRANGO EM TIRAS E MOLHO TOMATE E CHEIRO VERDE	MAMADEIRA - LEITE	MAÇÃ RASPADA COM COLHER	ARROZ /CALDO FEIJÃO CENOURA COZIDA CARNE BOVINA MOÍDA E MOLHO TOMATE
TERÇA	6	MAMADEIRA - LEITE	BANANA AMASSADA	ARROZ /CALDO FEIJÃO CENOURA COZIDA CARNE BOVINA MOÍDA E MOLHO TOMATE	MAMADEIRA - LEITE	MELANCIA PICADA	SOPA MACARRÃO / CALDO FEIJÃO CHUCHU E CENOURA REFOGADOS FRANGO DESFIADO EM TIRAS E MOLHO TOMATE
QUARTA	7	MAMADEIRA - LEITE	MAÇÃ RASPADA COM COLHER	SOPA MACARRÃO / CALDO FEIJÃO CHUCHU E CENOURA REFOGADOS FRANGO DESFIADO EM TIRAS E MOLHO TOMATE	MAMADEIRA - LEITE	BANANA AMASSADA	ARROZ /CALDO DE FEIJÃO BETERRABA REFOGADA FRANGO EM TIRAS E MOLHO TOMATE E CHEIRO VERDE
QUINTA	8	FERIADO NACIONAL					
SEXTA	9	PONTO FACULTATIVO					
<b>OBSERVAÇÕES :</b> 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							
<b>Composição Nutricional Média Semanal 70%- Referência - PNAE</b>							
Calorias	Prot g	Lipídeos g	Carboidrato g	Vitamina A mcg	Vitamina C mcg	Cálcio mg	Ferro ng
678,61	30,91	24,07	91,03	578,69	24,28	494,45	3,13



**PREFEITURA MUNICIPAL DE VÁRZEA PAULISTA**

**CARDÁPIO CRECHE JUNHO 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	12	MAMADEIRA - LEITE	MAÇÃ RASPADA COM COLHER	ARROZ / CALDO FEIJÃO CHUCHU TOMATE REFOGADOS CARNE BOVINA MOÍDA E MOLHO TOMATE COM CENOURA	MAMADEIRA - LEITE	MELANCIA PICADA	ARROZ/CALDO FEIJÃO BETERRABA COZIDA FRANGO EM TIRAS E MOLHO TOMATE E CENOURA
TERÇA	13	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	14	MAMADEIRA - LEITE	BANANA AMASSADA	ARROZ/ CALDO FEIJÃO BETERRABA 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	15	MAMADEIRA - LEITE	MELANCIA PICADA	SOPA DE MACARRÃO FEIJÃO ABÓBORA COZIDA CARNE BOVINA MOÍDA E MOLHO TOMATE E CENOURA	MAMADEIRA - LEITE	BANANA AMASSADA	ARROZ/ CALDO FEIJÃO VERDURA ACELGA REFOGADA FRANGO DESFIADO E MOLHO TOMATE E CENOURA
SEXTA	16	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
678,61	30,91	24,07	91,03	578,69	24,28	494,45	3,13



**PREFEITURA MUNICIPAL DE VÁRZEA PAULISTA**

**CARDÁPIO CRECHE JUNHO 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	19	MAMADEIRA - LEITE	MELANCIA PICADA	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	20	MAMADEIRA - LEITE	MELÃO SUCO	ARROZ /CALDO FEIJÃO ABOBRINHA REFOGADA FRANGO DESFIADO E MOLHO TOMATE COM CENOURA	MAMADEIRA - LEITE	PERA RASPADA COM COLHER	SOPA MACARRÃO / FEIJÃO CENOURA E MANDIOCA COZIDA FRANGO EM TIRAS E MOLHO TOMATE
QUARTA	21	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	22	MAMADEIRA - LEITE	MAÇÃ RASPADA COM COLHER	SOPA MACARRÃO / FEIJÃO CENOURA E MANDIOCA COZIDA FRANGO EM TIRAS E MOLHO TOMATE	MAMADEIRA - LEITE	MELANCIA PICADA	ARROZ /CALDO FEIJÃO ABOBRINHA REFOGADA COXA E SOBRECOXA DE FRANGO E MOLHO TOMATE COM CENOURA
SEXTA	23	MAMADEIRA - LEITE	PERA RASPADA COM COLHER	ARROZ /CALDO FEIJÃO ABOBRINHA REFOGADA COXA E SOBRECOXA DE FRANGO E MOLHO TOMATE COM CENOURA	MAMADEIRA - LEITE	BANANA AMASSADA COM AVEIA	ARROZ /FEIJÃO CHUCHU REFOGADO FRANGO DESFIADO E MOLHO TOMATE COM 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
678,61	30,91	24,07	91,03	578,69	24,28	494,45	3,13



**PREFEITURA MUNICIPAL DE VÁRZEA PAULISTA**

**CARDÁPIO CRECHE JUNHO 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	26	MAMADEIRA - LEITE	MELANCIA PICADA	ARROZ /CALDO DE FEIJÃO ABOBRINHA REFOGADA FRANGO DESFIADO E MOLHO TOMATE COM CENOURA	MAMADEIRA - LEITE	MAÇÃ RASPADA COM COLHER	ARROZ /CALDO DE FEIJÃO CENOURA REFOGADA COXA E SOBRECOXA DE FRANGO E MOLHO TOMATE COM CENOURA
TERÇA	27	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	28	MAMADEIRA - LEITE	BANANA AMASSADA COM AVEIA	SOPA MACARRÃO / FEIJÃO CENOURA E CARÁ CARNE BOVINA CUBOS E MOLHO TOMATE	MAMADEIRA - LEITE	MAMÃO PICADO	SOPA MACARRÃO / FEIJÃO CENOURA E CARÁ CARNE BOVINA CUBOS E MOLHO TOMATE
QUINTA	29	MAMADEIRA - LEITE	MAÇÃ RASPADA COM COLHER	SOPA MACARRÃO / FEIJÃO CENOURA E MANDIOCA COZIDA FRANGO EM TIRAS E MOLHO TOMATE	MAMADEIRA - LEITE	PERA RASPADA COM COLHER	ARROZ /CALDO FEIJÃO ABOBRINHA REFOGADA CARNE MOÍDA DE FRANGO E MOLHO TOMATE COM CENOURA
SEXTA	30	MAMADEIRA - LEITE	MELÃO SUCO	ARROZ /CALDO FEIJÃO ABOBRINHA REFOGADA CARNE MOÍDA E MOLHO TOMATE COM CENOURA	MAMADEIRA - LEITE	MELANCIA PICADA	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
678,61	30,91	24,07	91,03	578,69	24,28	494,45	3,13