



PREFEITURA MUNICIPAL DE VÁRZEA PAULISTA

CARDÁPIO CRECHE JULHO 2023

1ª SEMANA 01 a 03 anos (Berçário 2 Maternal 1 e 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	LEITE COM CACAU E BISCOITOS	MELANCIA PICADA	ARROZ/ FEIJÃO BETERRABA FRANGO DESFIADO E MOLHO DE TOMATE E CENOURA	MINGAU DE AVEIA	MAÇÃ CORTADA AO MEIO	SOPA ARROZ CANJA BATATA COM CENOURA FRANGO EM TIRAS E TOMATE
TERÇA	4	SUCO DE MELANCIA E PÃO COM MANTEIGA	MAÇÃ CORTADA AO MEIO	ARROZ / FEIJÃO ABOBRINHA REFOGADA CARNE MOÍDA E MOLHO DE TOMATE E CENOURA	CEREAL DE MILHO COM LEITE	MELANCIA PICADA	SOPA MACARRÃO / FEIJÃO MANDIOQUINHA E ABÓBORA CARNE BOVINA MOÍDA E MOLHO DE TOMATE
QUARTA	5	CEREAL DE MILHO COM LEITE	BANANA AMASSADA COM AVEIA	SOPA MACARRÃO / FEIJÃO MANDIOQUINHA E ABÓBORA CARNE BOVINA MOÍDA E MOLHO DE TOMATE	SUCO DE LARANJA E PÃO COM MANTEIGA	PERA CORTADA AO MEIO	ARROZ/ FEIJÃO BETERRABA FRANGO DESFIADO E MOLHO DE TOMATE E CENOURA
QUINTA	6	MINGAU DE AVEIA	PERA CORTADA AO MEIO	ARROZ/ FEIJÃO MANDIOCA REFOGADA FRANGO EM TIRAS E MOLHO DE TOMATE E CENOURA	LEITE COM CACAU E BISCOITOS	SALADA DE FRUTAS	ARROZ / FEIJÃO ABOBRINHA REFOGADA CARNE MOÍDA E MOLHO DE TOMATE E CENOURA
SEXTA	7	SUCO DE LARANJA E PÃO COM MANTEIGA	SALADA DE FRUTAS	SOPA ARROZ CANJA BATATA COM CENOURA FRANGO EM TIRAS E TOMATE	SUCO DE MELANCIA E PÃO COM MANTEIGA	BANANA AMASSADA COM AVEIA	ARROZ/ FEIJÃO MANDIOCA REFOGADA FRANGO EM TIRAS E MOLHO DE 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
804,78	28,56	27,77	110,53	390,70	51,52	328,33	4,02



PREFEITURA MUNICIPAL DE VÁRZEA PAULISTA

CARDÁPIO CRECHE JULHO 2023

2ª SEMANA 01 a 03 anos (Berçário 2 Maternal 1 e 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 CHUCHU REFOGADO FRANGO EM TIRAS E MOLHO TOMATE E CHEIRO VERDE	LEITE COM CACAU E BISCOITOS	MAÇÃ CORTADA AO MEIO	SOPA MACARRÃO / FEIJÃO CENOURA REFOGADOS CARNE MOÍDA EM TIRAS E MOLHO TOMATE
TERÇA	11	LEITE COM CACAU E BISCOITOS	BANANA AMASSADA COM AVEIA	ARROZ / FEIJÃO ABÓBORA COZIDA CARNE BOVINA MOÍDA E MOLHO TOMATE	MINGAU DE AVEIA	MELANCIA PICADA	ARROZ / FEIJÃO BATATA DOCE REFOGADA FRANGO EM TIRAS E MOLHO DE TOMATE E CENOURA
QUARTA	12	SUCO DE MELANCIA E PÃO COM MANTEIGA	MAÇÃ CORTADA AO MEIO	SOPA MACARRÃO / FEIJÃO CENOURA REFOGADOS CARNE MOÍDA EM TIRAS E MOLHO TOMATE	SUCO DE MELANCIA E PÃO COM MANTEIGA	PERA CORTADA AO MEIO	ARROZ /FEIJÃO CHUCHU REFOGADO FRANGO EM TIRAS E MOLHO TOMATE E CHEIRO VERDE
QUINTA	13	MINGAU DE AVEIA	PERA CORTADA AO MEIO	ARROZ / FEIJÃO BATATA DOCE REFOGADA FRANGO EM TIRAS E MOLHO DE TOMATE E CENOURA	SUCO DE LARANJA E PÃO COM MANTEIGA	MAMÃO EM PEDAÇOS	SOPA MACARRÃO INHAME COM CENOURA FRANGO EM TIRAS E TOMATE
SEXTA	14	SUCO DE LARANJA E PÃO COM MANTEIGA	MAMÃO EM PEDAÇOS	SOPA MACARRÃO INHAME COM CENOURA FRANGO EM TIRAS E TOMATE	CEREAL DE MILHO COM LEITE	BANANA AMASSADA	ARROZ / FEIJÃO ABÓBORA COZIDA 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
804,78	28,56	27,77	110,53	390,70	51,52	328,33	4,02



PREFEITURA MUNICIPAL DE VÁRZEA PAULISTA

CARDÁPIO CRECHE JULHO 2023

3ª SEMANA 01 a 03 anos (Berçário 2 Maternal 1 e 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	17	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
TERÇA	18	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
QUARTA	19	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
QUINTA	20	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
SEXTA	21	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR

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-CR.N-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



PREFEITURA MUNICIPAL DE VÁRZEA PAULISTA

CARDÁPIO CRECHE JULHO 2023

4ª SEMANA 01 a 03 anos (Berçário 2 Maternal 1 e 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	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
TERÇA	25	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
QUARTA	26	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
QUINTA	27	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
SEXTA	28	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR

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



PREFEITURA MUNICIPAL DE VÁRZEA PAULISTA

CARDÁPIO CRECHE JULHO 2023

5ª SEMANA 01 a 03 anos (Berçário 2 Maternal 1 e 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	31	MINGAU DE AVEIA	MELANCIA PICADA	ARROZ / FEIJÃO ABOBRINHA REFOGADA OVOS MEXIDOS E MOLHO TOMATE COM CENOURA	LEITE COM CACAU E BISCOITOS	MAÇÃ CORTADA AO MEIO	SOPA MACARRÃO / FEIJÃO CENOURA E INHAME CARNE BOVINA CUBOS E MOLHO TOMATE
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.

Composição Nutricional Média Semanal 70%- Referência - PNAE

Calorias	Prot g	Lipídeos g	Carboidrato g	Vitamina A mcg	Vitamina C mcg	Cálcio mg	Ferro ng
804,78	28,56	27,77	110,53	390,70	51,52	328,33	4,02