



PREFEITURA MUNICIPAL DE VÁRZEA PAULISTA
UNIDADE GESTORA DE EDUCAÇÃO MUNICIPAL
CARDÁPIO CRECHE
PERÍODO PARCIAL E INTEGRAL

BERÇÁRIO 2, MATERNAIS 1 E 2

(Faixa etária atendida: entre 1 e 3 anos)

DEZEMBRO / 2025



1ª SEMANA		PERÍODO DA MANHÃ			PERÍODO DA TARDE		
		DESJEJUM (7:00 - 7:30)	ALMOÇO (10:00 - 11:00)	SOBREMESA (11:00 - 11:30)	ENTRADA (12:30 - 13:00)	JANTAR (15:30 - 16:00)	SOBREMESA (15:30 - 16:00)
SEGUNDA	1	SUCO DE ABACAXI COM HORTELÃ	POLENTA FRANGO AO MOLHO (EXTRATO, CENOURA, TOMATE) COM QUIABO	ABACAXI (RODELAS FINAS)	LEITE COM CACAU	ARROZ, FEIJÃO CARNE MOÍDA COM CENOURA E BATATA COZIDA (TIPO CARNE DE PANELA)	MELANCIA (COM CASCA, EM FATIAS FINAS)
		CUSCUZ COM OVO	SALADA DE REPOLHO COLORIDA		BOLO DE BATATA DOCE COM UVA PASSA		
TERÇA	2	LEITE COM CACAU	MACARRÃO PERNIL DESFIADA AO MOLHO (TOMATE, CENOURA E EXTRATO)	BANANA	SUCO DE LARANJA COM MANGA	ARROZ FRICASSE DE FRANGO (COM CREME DE MILHO)	MAÇÃ (CANOAS FINAS, SEM SEMENTES)
		TORTA SALGADA (ABOBRINHA, TOMATE CENOURA E CHEIRO VERDE)	BATATA REFOGADA		CUSCUZ COM OVO	BATATA ASSADA	
QUARTA	3	LEITE COM CACAU	ARROZ, FEIJÃO	MANGA (SEM CASCA, CORTADA EM CUBOS)	LEITE COM CACAU	MACARRÃO CARNE MOÍDA AO MOLHO (TOMATE, CENOURA E EXTRATO)	MAMÃO (SEM CASCA, SEM SEMENTES, EM FATIAS FINAS)
		BOLO DE BANANA COM AVEIA	OVOS MEXIDOS COM TOMATE, BRÓCOLIS E CENOURA		PÃO CASEIRO COM MANTEIGA	SALADA DE ACELGA	
QUINTA	4	SUCO DE LARANJA COM MAMÃO	LANCHE DE FRANGO COM TOMATE E CHEIRO VERDE	MAÇÃ (CANOAS FINAS, SEM SEMENTES)	BANANA AMASSADA COM LEITE EM PÓ (SEM DILUIR) E AVEIA	LANCHE DE PERNIL COM TOMATE E CHEIRO VERDE	PERA (BEM MADURA, CORTADA AO MEIO, SEM SEMENTES APARENTES)
		CUSCUZ COM OVO	SUCO DE ABACAXI COM HORTELÃ			SUCO DE ABACAXI COM HORTELÃ	
SEXTA	5	SUCO DE MELANCIA	LASANHA BOLONHESA (BEM MOLINHA, COM MOLHO BRANCO, COM QUEIJO)	DELÍCIA DE ABACAXI (PUDIM BRANCO COM ABACAXI CORTADO EM CUBOS PEQUENOS NO MEIO E SOBRE) ENCOPADO	SUCO DE MELANCIA	LASANHA BOLONHESA (BEM MOLINHA, COM MOLHO BRANCO, COM QUEIJO)	DELÍCIA DE ABACAXI (PUDIM BRANCO COM ABACAXI CORTADO EM CUBOS PEQUENOS NO MEIO E SOBRE) ENCOPADO
		BOLO DE BANAN COM AVEIA	SALADA DE BATATA COM ERVILHA, MILHO, CEBOLA E TOMATINHO CEREJA		BOLO DE BANAN COM AVEIA	SALADA DE BATATA COM ERVILHA, MILHO, CEBOLA E TOMATINHO CEREJA	



INFORMAÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA DIÁRIA DO PERÍODO PARCIAL MANHÃ

Valor energético 478,9 kcal · Carboidratos 63,8 g · Proteínas 15,2 g · Gorduras totais 16,8 g · Cálcio 210,1 mg · Ferro 2,7 g · Vitamina A 201,8 mcg · Vitamina C 30,7 mg.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA DIÁRIA DO PERÍODO PARCIAL TARDE

Valor energético 497,0 kcal · Carboidratos 68,9 g · Proteínas 18,0 g · Gorduras totais 16,8 g · Cálcio 199,4 mg · Ferro 2,9 g · Vitamina A 197,4 mcg · Vitamina C 37,1 mg.

OBSERVAÇÕES: CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES | ELABORADO DE ACORDO COM A RESOLUÇÃO Nº06 DE 2020 DO FNDE, GUIA ALIMENTAR PARA CRIANÇAS BRASILEIRAS MENORES DE 2 ANOS E GUIA ALIMENTAR PARA A POPULAÇÃO BRASILEIRA | ALUNOS DO PERÍODO INTEGRAL RECEBEM TODAS AS REFEIÇÕES | A SOBREMESA PODERÁ, DE ACORDO COM A NECESSIDADE DA UNIDADE, SER SERVIDA ENTRE O DESJEJUM E ALMOÇO OU ENTRADA E JANTAR.

Jaqueline Carboneri Brando
Jaqueline Carboneri Brando
Nutricionista CRN3 60178

Orlando Carola Neto
Orlando Carola Neto
Nutricionista CRN3 29713



PREFEITURA MUNICIPAL DE VÁRZEA PAULISTA
UNIDADE GESTORA DE EDUCAÇÃO MUNICIPAL
CARDÁPIO CRECHE
PERÍODO PARCIAL E INTEGRAL

BERÇÁRIO 2, MATERNAIS 1 E 2

(Faixa etária atendida: entre 1 e 3 anos)

DEZEMBRO / 2025



2ª SEMANA	
SEGUNDA	8
TERÇA	9
QUARTA	10
QUINTA	11
SEXTA	12

PERÍODO DA MANHÃ		
DESJEJUM (7:00 - 7:30)	ALMOÇO (10:00 - 11:00)	SOBREMESA (11:00 - 11:30)
SUCO DE MELANCIA CUSCUZ COM OVO	ARROZ, FEIJÃO CARNE MOÍDA AO MOLHO (TOMATE, CENOURA E EXTRATO) ABOBRINHA REFOGADA	MAÇÃ (CANOAS FINAS, SEM SEMENTES)
VITAMINA DE BANANA E MAMÃO COM LEITE E AVEIA	MACARRÃO PARISIENSE PERNIL EM CUBOS, CENOURA EM CUBOS, MOLHO BRANCO (TRIGO E LEITE) E CHEIRO VERDE	MELÃO (BEM MADURO, SEM SEMENTES, EM FATIAS FINAS)
SUCO DE LARANJA COM COUVE CUSCUZ COM OVO	ARROZ FRANGO DESFIADO AO MOLHO (TOMATE, CENOURA E EXTRATO) COM CENOURA COZIDA (EM PEDAÇOS GRANDES)	ABACAXI (RODELAS FINAS)
LEITE COM CACAU PÃO CASEIRO COM MANTEIGA	ARROZ, FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM BRÓCOLIS E TOMATE	MAMÃO (SEM CASCA, SEM SEMENTES, EM FATIAS FINAS)
LEITE COM CACAU BOLO DE BANANA COM AVEIA E UVA PASSA	ARROZ, FEIJOADA (FEIJÃO PRETO COZIDO COM ABÓBORA EM PEDAÇOS; E PERNIL DESFIADO) VIRADINHO DE ABOBRINHA	MELANCIA (COM CASCA, EM FATIAS FINAS)

PERÍODO DA TARDE		
ENTRADA (12:30 - 13:00)	JANTAR (15:30 - 16:00)	SOBREMESA (15:30 - 16:00)
MINGAU DE BANANA COM AVEIA E CACAU	SOPA CANJA COM FRANGO, CENOURA, BATATA E MANDIOQUINHA (CORTADOS EM CUBOS PEQUENOS)	ABACAXI (RODELAS FINAS)
LEITE COM CACAU PÃO CASEIRO COM MANTEIGA	ARROZ OVOS MEXIDOS COM TOMATE E CHEIRO VERDE ALFACE COM PEPINO	LARANJA (SEM CASCA, CORTADA AO MEIO, SEM SEMENTES APARENTES)
LEITE COM CACAU TORTA DE MAÇÃ COM CANELA	ARROZ, FEIJÃO CARNE DESFIADA COM TOMATE E CENOURA SELETA DE CHUCHU COM BATATA	MELANCIA (COM CASCA, EM FATIAS FINAS)
SUCO DE LARANJA COM CENOURA CUSCUZ COM OVO	ARROZ, FEIJOADA (FEIJÃO PRETO COZIDO COM ABÓBORA EM PEDAÇOS; E PERNIL DESFIADO) VIRADINHO DE ABOBRINHA	PERA (BEM MADURA, CORTADA AO MEIO, SEM SEMENTES APARENTES)
LEITE COM CACAU PÃO CASEIRO COM MANTEIGA	ARROZ, FEIJÃO CARNE MOÍDA AO MOLHO (EXTRATO, TOMATE, ABÓBORA) SALADA DE PEPINO COM TOMATE	SALADA DE FRUTAS (MAÇÃ, BANANA, UVA, MAMÃO, COM SUCO DE LARANJA)

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA DIÁRIA DO PERÍODO PARCIAL MANHÃ

Valor energético 478,9 kcal · Carboidratos 63,8 g · Proteínas 15,2 g · Gorduras totais 16,8 g · Cálcio 210,1 mg · Ferro 2,7 g · Vitamina A 201,8 mcg · Vitamina C 30,7 mg.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA DIÁRIA DO PERÍODO PARCIAL TARDE

Valor energético 497,0 kcal · Carboidratos 68,9 g · Proteínas 18,0 g · Gorduras totais 16,8 g · Cálcio 199,4 mg · Ferro 2,9 g · Vitamina A 197,4 mcg · Vitamina C 37,1 mg.

OBSERVAÇÕES: CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES | ELABORADO DE ACORDO COM A RESOLUÇÃO Nº06 DE 2020 DO FNDE, GUIA ALIMENTAR PARA CRIANÇAS BRASILEIRAS MENORES DE 2 ANOS E GUIA ALIMENTAR PARA A POPULAÇÃO BRASILEIRA | ALUNOS DO PERÍODO INTEGRAL RECEBEM TODAS AS REFEIÇÕES | A SOBREMESA PODERÁ, DE ACORDO COM A NECESSIDADE DA UNIDADE, SER SERVIDA ENTRE O DESJEJUM E ALMOÇO OU ENTRADA E JANTAR.



Jaqueline Carboneri Brando
Jaqueline Carboneri Brando
Nutricionista CRN3 60178

Orlando Carola Neto
Orlando Carola Neto
Nutricionista CRN3 29713



PREFEITURA MUNICIPAL DE VÁRZEA PAULISTA
UNIDADE GESTORA DE EDUCAÇÃO MUNICIPAL
CARDÁPIO CRECHE
PERÍODO PARCIAL E INTEGRAL

BERÇÁRIO 2, MATERNAIS 1 E 2

(Faixa etária atendida: entre 1 e 3 anos)

DEZEMBRO / 2025



3ª SEMANA		PERÍODO DA MANHÃ		
		DESJEJUM (7:00 - 7:30)	ALMOÇO (10:00 - 11:00)	SOBREMESA (11:00 - 11:30)
SEGUNDA	15	SUCO DE LARANJA COM MANGA	MACARRÃO FRANGO AO MOLHO (TOMATE, CENOURA E EXTRATO)	MAÇÃ (CANOAS FINAS, SEM SEMENTES)
		CUSCUZ COM OVO	SALADA DE REPOLHO COLORIDO	
TERÇA	16	SUCO DE MELÃO COM MARACUJÁ	ARROZ, FEIJÃO PERNIL DESFIADO COM CHEIRO VERDE	LARANJA (SEM CASCA, CORTADA AO MEIO, SEM SEMENTES APARENTES)
		TORTA PIZZA (TOMATE E ORÉGANO)	BETERRABA REFOGADA	
QUARTA	17	LEITE COM CACAU	SOPA DE MACARRÃO COM CARNE DESFIADA, CENOURA E MANDIOQUINHA COZIDA	MELANCIA (COM CASCA, EM FATIAS FINAS)
		BOLO DE BATATA DOCE COM UVA PASSA		
QUINTA	18	BATIDA DE BANANA, MAMÃO, MAÇÃ E AVEIA	ARROZ, FEIJÃO COM ABÓBORA OVOS MEXIDOS COM TOMATE E CENOURA	MELÃO (BEM MADURO, SEM SEMENTES, EM FATIAS FINAS)
		PÃO CASEIRO COM MANTEIGA	SALADA DE REPOLHO COLORIDO	
SEXTA	19	LEITE COM CACAU	ARROZ FRICASSE DE FRANGO (COM CREME DE MILHO)	BANANA
		BOLO DE BANANA COM AVEIA E UVA PASSA	BATATA ASSADA	

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA DIÁRIA DO PERÍODO PARCIAL MANHÃ

Valor energético 478,9 kcal · Carboidratos 63,8 g · Proteínas 15,2 g · Gorduras totais 16,8 g · Cálcio 210,1 mg · Ferro 2,7 g · Vitamina A 201,8 mcg · Vitamina C 30,7 mg.

PERÍODO DA TARDE		
ENTRADA (12:30 - 13:00)	JANTAR (15:30 - 16:00)	SOBREMESA (15:30 - 16:00)
LEITE COM CACAU	ARROZ CARNE MOÍDA AO MOLHO (TOMATE, CENOURA E EXTRATO)	MAMÃO (SEM CASCA, SEM SEMENTES, EM FATIAS FINAS)
PÃO CASEIRO COM MANTEIGA	PURÊ DE ABÓBORA	
LEITE COM CACAU	ARROZ, FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM TOMATE, CENOURA E ESPINAFRE	MELÃO (BEM MADURO, SEM SEMENTES, EM FATIAS FINAS)
BOLO DE BANANA COM AVEIA E UVA PASSA	CHUCHU REFOGADO	
SUCO DE LARANJA COM COUVE	ARROZ, FEIJÃO FRANGO DESFIADO COM TOMATE	BANANA
CUSCUZ COM OVO	ABÓBORA COM BRÓCOLIS	
LEITE COM CACAU	ARROZ, FEIJÃO PERNIL DESFIADO COM TOMATE	ABACAXI (RODELAS FINAS)
PÃO CASEIRO COM MANTEIGA	SALADA DE PEPINO	
SUCO DE MELANCIA COM BETERRABA	MACARRÃO BOLONHESA	MAÇÃ (CANOAS FINAS, SEM SEMENTES)
TORTA PIZZA (TOMATE E ORÉGANO)	SALADA DE PEPINO COM TOMATE	

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA DIÁRIA DO PERÍODO PARCIAL TARDE

Valor energético 497,0 kcal · Carboidratos 68,9 g · Proteínas 18,0 g · Gorduras totais 16,8 g · Cálcio 199,4 mg · Ferro 2,9 g · Vitamina A 197,4 mcg · Vitamina C 37,1 mg.

OBSERVAÇÕES: CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES | ELABORADO DE ACORDO COM A RESOLUÇÃO Nº06 DE 2020 DO FNDE, GUIA ALIMENTAR PARA CRIANÇAS BRASILEIRAS MENORES DE 2 ANOS E GUIA ALIMENTAR PARA A POPULAÇÃO BRASILEIRA | ALUNOS DO PERÍODO INTEGRAL RECEBEM TODAS AS REFEIÇÕES | A SOBREMESA PODERÁ, DE ACORDO COM A NECESSIDADE DA UNIDADE, SER SERVIDA ENTRE O DESJEJUM E ALMOÇO OU ENTRADA E JANTAR.



Agulini O Brand *Ateli*