



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

BERÇÁRIO 1

(Faixa etária atendida: entre 6 e 12 meses)

FEVEREIRO / 2026



1º SEMANA

SEGUNDA	2
TERÇA	3

QUARTA	4
QUINTA	5

SEXTA	6
SEXTA	6

PERÍODO DA MANHÃ		
DESJEJUM (7:00 - 7:30)	ALMOÇO (10:00 - 11:00)	SOBREMESA (11:00 - 11:30)
SEGUNDA		
TERÇA		
QUARTA	LEITE EM PÓ INTEGRAL RECONSTITUÍDO POLENTA FRANGO DESFIADO AO MOLHO (tomate, cenoura, extrato) COM CENOURA COZIDA (em pedaços pequenos)	MAMÃO
QUINTA	LEITE EM PÓ INTEGRAL RECONSTITUÍDO ARROZ, FEIJÃO (com purê de beterraba) CARNE MOÍDA COM TOMATE E CENOURA (ralados) MANDIOCA REFOGADA COM ALECRIM	LARANJA
SEXTA	LEITE EM PÓ INTEGRAL RECONSTITUÍDO ARROZ, FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM TOMATE E BRÓCOLIS SALADA DE ALFACE (bem picadinho)	PERA

PERÍODO DA TARDE		
ENTRADA (12:30 - 13:00)	JANTAR (15:30 - 16:00)	SOBREMESA (15:30 - 16:00)
	LEITE EM PÓ INTEGRAL RECONSTITUÍDO ARROZ, FEIJÃO (com purê de abóbora) OVOS MEXIDOS COM TOMATE E MANJERICÃO SALADA DE ALFACE COM PEPINO (bem picadinho)	BANANA
	LEITE EM PÓ INTEGRAL RECONSTITUÍDO ARROZ, FEIJÃO (com farinha de aveia) PERNIL DESFIADO COM TOMATE E CENOURA CHUCHU REFOGADO	MELANCIA
	LEITE EM PÓ INTEGRAL RECONSTITUÍDO ARROZ PEIXE ENSOPADO (pimentão e cebola bem picadinhos) SELETA DE BATATA COM TOMATE E COENTRO	MANGA

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA DIÁRIA DO PERÍODO PARCIAL MANHÃ

Valor energético 345,9 kcal · Carboidratos 47,1 g · Proteínas 14,0 g · Gorduras totais 12,8 g · Cálcio 445,5 mg · Ferro 1,8 g · Vitamina A 177,2 mcg · Vitamina C 30,4 mg.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA DIÁRIA DO PERÍODO PARCIAL TARDE

Valor energético 351,0 kcal · Carboidratos 47,4 g · Proteínas 14,3 g · Gorduras totais 12,2 g · Cálcio 451,3 mg · Ferro 1,5 g · Vitamina A 167,9 mcg · Vitamina C 28,6 mg.

OBSERVAÇÕES: CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES | ELABORADO DE ACORDO COM A RESOLUÇÃO Nº06 DE 2020 DO FNDE E GUIA ALIMENTAR PARA CRIANÇAS BRASILEIRAS MENORES DE 2 ANOS | AS FRUTAS E LEGUMES PODEM SER AMASSADAS COM GARFO E OFERTADAS EM CONSISTÊNCIA DE PURÊ (DEVEM SER OFERTADAS, PREFERENCIALMENTE, EM PEDAÇOS) | 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.



Jacqueline Carboneri Brando
Nutricionista CRN3 60178

Orlândio Carola Neto
Nutricionista CRN3 29713



BERÇÁRIO 1

(Faixa etária atendida: entre 6 e 12 meses)

FEVEREIRO / 2026



2º SEMANA	
SEGUNDA	9
TERÇA	10
QUARTA	11
QUINTA	12
SEXTA	13

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)
LEITE EM PÓ INTEGRAL RECONSTITUÍDO	MACARRÃO FRANGO DESFIADO AO MOLHO (tomate, abóbora, extrato) SALADA DE REPOLHO COLORIDO (bem picadinha)	MELANCIA	LEITE EM PÓ INTEGRAL RECONSTITUÍDO	ARROZ, FEIJÃO (com purê de abóbora) OVOS MEXIDOS COM TOMATE E VAGEM	ABACAXI
LEITE EM PÓ INTEGRAL RECONSTITUÍDO	ARROZ, FEIJOADA (pernil desfiado, purê de abóbora) VINAGRETE (tomate, pepino e cheiro verde, bem picadinhos)	LARANJA	LEITE EM PÓ INTEGRAL RECONSTITUÍDO	ARROZ, FEIJÃO (com purê de beterraba) FÍGADO ACEBOLADO (em cubos bem pequenos) VIRADINHO DE COUVE (bem picadinha)	MAMÃO
LEITE EM PÓ INTEGRAL RECONSTITUÍDO	ARROZ CARNE DESFIADA (tomate, cebola e cheiro verde picados bem pequenos) SELETA DE CENOURA E MANDIOQUINHA	MANGA	LEITE EM PÓ INTEGRAL RECONSTITUÍDO	MACARRÃO FRANGO DESFIADO AO MOLHO (tomate, abóbora, extrato) SALADA DE REPOLHO COLORIDO (bem picadinha)	MELÃO
LEITE EM PÓ INTEGRAL RECONSTITUÍDO	ARROZ, FEIJÃO (com purê de abóbora) OVOS MEXIDOS COM TOMATE E VAGEM	MELÃO	LEITE EM PÓ INTEGRAL RECONSTITUÍDO	ARROZ CARNE DESFIADA (tomate, cebola e cheiro verde picados bem pequenos) SELETA DE CENOURA E MANDIOQUINHA	PERA
LEITE EM PÓ INTEGRAL RECONSTITUÍDO	ARROZ PEIXE ENSOPADO (pimentão e cebola bem picadinhos) SELETA DE BATATA COM TOMATE E COENTRO	BANANA	LEITE EM PÓ INTEGRAL RECONSTITUÍDO	ARROZ, LENTILHA (com farinha de aveia) PERNIL ACEBOLADO DESFIADO ABOBREINHA REFOGADA	MELANCIA

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA DIÁRIA DO PERÍODO PARCIAL MANHÃ

Valor energético 345,9 kcal · Carboidratos 47,1 g · Proteínas 14,0 g · Gorduras totais 12,8 g · Cálcio 445,5 mg · Ferro 1,8 g · Vitamina A 177,2 mcg · Vitamina C 30,4 mg.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA DIÁRIA DO PERÍODO PARCIAL TARDE

Valor energético 351,0 kcal · Carboidratos 47,4 g · Proteínas 14,3 g · Gorduras totais 12,2 g · Cálcio 451,3 mg · Ferro 1,5 g · Vitamina A 167,9 mcg · Vitamina C 28,6 mg.

OBSERVAÇÕES: CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES | ELABORADO DE ACORDO COM A RESOLUÇÃO Nº06 DE 2020 DO FNDE E GUIA ALIMENTAR PARA CRIANÇAS BRASILEIRAS MENORES DE 2 ANOS | AS FRUTAS E LEGUMES PODEM SER AMASSADAS COM GARFO E OFERTADAS EM CONSISTÊNCIA DE PURÊ (DEVEM SER OFERTADAS, PREFERENCIALMENTE, EM PEDAÇOS) | 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.





BERÇÁRIO 1

(Faixa etária atendida: entre 6 e 12 meses)

FEVEREIRO / 2026



3º 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	16	CARNAVAL - PONTO FACULTATIVO			CARNAVAL - PONTO FACULTATIVO		
TERÇA	17	CARNAVAL - PONTO FACULTATIVO			CARNAVAL - PONTO FACULTATIVO		
QUARTA	18	QUARTA-FEIRA DE CINZAS - PONTO FACULTATIVO			LEITE EM PÓ INTEGRAL RECONSTITUÍDO	ARROZ, FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM TOMATE E BRÓCOLIS SELETA DE CHUCHU COM CENOURA	ABACAXI
QUINTA	19	LEITE EM PÓ INTEGRAL RECONSTITUÍDO	ARROZ, FEIJÃO (com purê de abóbora) FRANGO CAIPIRA (coxa/sobrecoxa desfiadas, com tomate, cenoura, milho e quiabo)	MELANCIA	LEITE EM PÓ INTEGRAL RECONSTITUÍDO	ARROZ, FEIJÃO (com purê de beterraba) CARNE MOÍDA COM TOMATE E CENOURA (ralados) MANDIOCA REFOGADA COM ALECRIM	MAMÃO
SEXTA	20	LEITE EM PÓ INTEGRAL RECONSTITUÍDO	ARROZ, LENTILHA (com farinha de aveia) PERNIL ACEBOLADO DESFIADO ABOBRINHA REFOGADA	ABACAXI	LEITE EM PÓ INTEGRAL RECONSTITUÍDO	POLENTA FRANGO DESFIADO AO MOLHO (tomate, cenoura, extrato) COM CENOURA COZIDA (em pedaços pequenos)	BANANA

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA DIÁRIA DO PERÍODO PARCIAL MANHÃ

Valor energético 345,9 kcal · Carboidratos 47,1 g · Proteínas 14,0 g · Gorduras totais 12,8 g · Cálcio 445,5 mg · Ferro 1,8 g ·
Vitamina A 177,2 mcg · Vitamina C 30,4 mg.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA DIÁRIA DO PERÍODO PARCIAL TARDE

Valor energético 351,0 kcal · Carboidratos 47,4 g · Proteínas 14,3 g · Gorduras totais 12,2 g · Cálcio 451,3 mg · Ferro 1,5 g ·
Vitamina A 167,9 mcg · Vitamina C 28,6 mg.

OBSERVAÇÕES: CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES | ELABORADO DE ACORDO COM A RESOLUÇÃO Nº06 DE 2020 DO FNDE E GUIA ALIMENTAR PARA CRIANÇAS BRASILEIRAS MENORES DE 2 ANOS | AS FRUTAS E LEGUMES PODEM SER AMASSADAS COM GARFO E OFERTADAS EM CONSISTÊNCIA DE PURÊ (DEVEM SER OFERTADAS, PREFERENCIALMENTE, EM PEDAÇOS) | 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.





BERÇÁRIO 1

(Faixa etária atendida: entre 6 e 12 meses)

FEVEREIRO / 2026



4º 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	23	LEITE EM PÓ INTEGRAL RECONSTITUÍDO	ARROZ, FEIJÃO (com purê de abóbora) OVOS MEXIDOS COM TOMATE E MANJERICÃO SALADA DE ALFACE COM PEPINO (bem picadinho)	PERA	LEITE EM PÓ INTEGRAL RECONSTITUÍDO	MACARRÃO PARISIENSE PERNIL DESFIADO, CENOURA EM CUBOS, MOLHO BRANCO E CHEIRO VERDE	LARANJA
TERÇA	24	LEITE EM PÓ INTEGRAL RECONSTITUÍDO	ARROZ CARNE DESFIADA COM CENOURA E TOMATE PURÊ DE ABÓBORA COM CHEIRO VERDE	MAMÃO	LEITE EM PÓ INTEGRAL RECONSTITUÍDO	ARROZ, FEIJÃO (com purê de abóbora) FRANGO CAIPIRA (coxa/sobrecoxa desfiadas, com tomate, cenoura, milho e quiabo)	MELÃO
QUARTA	25	LEITE EM PÓ INTEGRAL RECONSTITUÍDO	ARROZ, FEIJÃO (com purê de beterraba) FÍGADO ACEBOLADO (em cubos bem pequenos) VIRADINHO DE COUVE (bem picadinho)	BANANA	LEITE EM PÓ INTEGRAL RECONSTITUÍDO	ARROZ, FEIJÃO (com farinha de aveia) CARNE DE PANELA AO MOLHO (tomate, cenoura, extrato) ABOBRENA REFOGADA	PERA
QUINTA	26	LEITE EM PÓ INTEGRAL RECONSTITUÍDO	ARROZ, FEIJÃO (com farinha de aveia) PERNIL DESFIADO COM TOMATE E CENOURA CHUCHU REFOGADO	SALADA DE FRUTAS (banana, uva, mamão, maçã e suco de laranja)	LEITE EM PÓ INTEGRAL RECONSTITUÍDO	ARROZ, FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM TOMATE E BRÓCOLIS SALADA DE ALFACE (bem picadinho)	ABACAXI
SEXTA	27	LEITE EM PÓ INTEGRAL RECONSTITUÍDO	ARROZ ESTROGONOFÉ DE FRANGO (molho branco, extrato) BATATA COZIDA	BOLO DE BANANA COM AVEIA, UVA PASSA E CALDA DE CACAU	LEITE EM PÓ INTEGRAL RECONSTITUÍDO	ARROZ, FEIJOADA (pernil desfiado, purê de abóbora) VINAGRETE (tomate, pepino e cheiro verde bem picadinhos)	BOLO DE BANANA COM AVEIA, UVA PASSA E CALDA DE CACAU

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA DIÁRIA DO PERÍODO PARCIAL MANHÃ

Valor energético 345,9 kcal · Carboidratos 47,1 g · Proteínas 14,0 g · Gorduras totais 12,8 g · Cálcio 445,5 mg · Ferro 1,8 g ·
Vitamina A 177,2 mcg · Vitamina C 30,4 mg.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA DIÁRIA DO PERÍODO PARCIAL TARDE

Valor energético 351,0 kcal · Carboidratos 47,4 g · Proteínas 14,3 g · Gorduras totais 12,2 g · Cálcio 451,3 mg · Ferro 1,5 g ·
Vitamina A 167,9 mcg · Vitamina C 28,6 mg.

OBSERVAÇÕES: CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES | ELABORADO DE ACORDO COM A RESOLUÇÃO Nº06 DE 2020 DO FNDE E GUIA ALIMENTAR PARA CRIANÇAS BRASILEIRAS MENORES DE 2 ANOS | AS FRUTAS E LEGUMES PODEM SER AMASSADAS COM GARFO E OFERTADAS EM CONSISTÊNCIA DE PURÊ (DEVEM SER OFERTADAS, PREFERENCIALMENTE, EM PEDAÇOS) | 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.

