



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

BERCÁRIO 2, MATERNAIS 1 E 2

(Faixa etária atendida: entre 1 e 3 anos)

FEVEREIRO 2026



1º 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	2						
TERÇA	3						
QUARTA	4	SUCO DE LARANJA COM COUVE CUSCUZ COM OVO	POLENTA FRANGO DESFIADO AO MOLHO (tomate, cenoura, extrato) COM CENOURA COZIDA (em pedaços grandes)	MAMÃO	LEITE COM CACAU BOLO DE BANANA COM AVEIA E UVA PASSA	ARROZ, FEIJÃO (com purê de abóbora) OVOS MEXIDOS COM TOMATE E MANJERICÃO SALADA DE ALFACE COM PEPINO	BANANA
QUINTA	5	LEITE COM CACAU PÃO CASEIRO COM MANTEIGA	ARROZ, FEIJÃO (com purê de beterraba) CARNE MOÍDA COM TOMATE E CENOURA (ralados) MANDIOCA REFOGADA COM ALECRIM	LARANJA	BANANA AMASSADA COM LEITE EM PÓ E AVEIA EM FLOCOS	ARROZ, FEIJÃO (com farinha de aveia) PERNIL DESFIADO COM TOMATE E CENOURA CHUCHU REFOGADO	MELANCIA
SEXTA	6	LEITE COM CACAU BOLO DE BANANA COM AVEIA E UVA PASSA	ARROZ, FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM TOMATE E BRÓCOLIS SALADA DE ALFACE	PERA	LEITE COM CACAU PÃO CASEIRO COM MANTEIGA	ARROZ PEIXE ENSOPADO (pimentão e cebola) SELETA DE BATATA COM TOMATE E COENTRO	MANGA



INFORMAÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA DIÁRIA DO PERÍODO PARCIAL MANHÃ

Valor energético 497,1 kcal · Carboidratos 66,3 g · Proteínas 17,1 g · Gorduras totais 18,0 g · Cálcio 201,0 mg · Ferro 2,4 g ·
Vitamina A 186,8 mcg · Vitamina C 42,6 mg.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA DIÁRIA DO PERÍODO PARCIAL TARDE

Valor energético 502,4 kcal · Carboidratos 68,2 g · Proteínas 17,5 g · Gorduras totais 18,1 g · Cálcio 203,0 mg · Ferro 2,5 g
Vitamina A 178,9 mcg · Vitamina C 43,1 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.

Jaqueleini O Brando
Jaqueline Carboneri Brando
Nutricionista, CRN2 60178


Orlando Carola Neto
Nutricionista CRN2 20712



BERÇÁRIO 2, MATERNAIS 1 E 2
(Faixa etária atendida: entre 1 e 3 anos)

**FEVEREIRO
2026**



2º SEMANA	
SEGUNDA	9
CUSCUZ COM OVO	SALADA DE REPOLHO COLORIDO
LEITE COM CACAU	ARROZ, FEIJÃO (pernil desfiado, purê de abóbora)
PÃO CASEIRO COM MANTEIGA	VINAGRETE (tomate, pepino e cheiro verde)
QUARTA	11
LEITE COM CACAU	ARROZ
PÃO DE BETERRABA CASEIRO COM GELEIA DE MAÇÃ	CARNE DESFIADA (tomate, cebola e cheiro verde picados bem pequenos)
SELETA DE CENOURA E MANDIOQUINHA	MANGA
QUINTA	12
LEITE COM CACAU	ARROZ, FEIJÃO (com purê de abóbora)
BOLO DE BANANA COM AVEIA E UVA PASSA	OVOS MEXIDOS COM TOMATE E VAGEM
SEXTA	13
SUCO DE MELÃO COM MARACUJÁ	ARROZ
TORTA PIZZA (TOMATE, QUEIJO E ORÉGANO)	PEIXE ENSOPADO (pimentão e cebola)
SELETA DE BATATA COM TOMATE E COENTRO	BANANA

PERÍODO DA TARDE		
ENTRADA (12:30 - 13:00)	JANTAR (15:30 - 16:00)	SOBREMESA (15:30 - 16:00)
LEITE COM CACAU	ARROZ, FEIJÃO (com purê de abóbora)	ABACAXI
PÃO CASEIRO COM MANTEIGA	OVOS MEXIDOS COM TOMATE E VAGEM	
SUCO DE ABACAXI COM HORTELÃ	ARROZ, FEIJÃO (com purê de beterraba)	MAMÃO
CUSCUZ COM OVO	FÍGADO ACEBOLADO	
	VIRADINHO DE COUVE	
SUCO DE MELÃO COM MARACUJÁ	MACARRÃO	MELÃO
TORTA PIZZA (TOMATE, QUEIJO E ORÉGANO)	FRANGO AO MOLHO (tomate, abóbora, extrato)	
	SALADA DE REPOLHO COLORIDO	
LEITE COM CACAU	ARROZ	
PÃO DE BETERRABA CASEIRO COM GELEIA DE MAÇÃ	CARNE DESFIADA (tomate, cebola e cheiro verde picados bem pequenos)	PERA
SELETA DE CENOURA E MANDIOQUINHA		
LEITE COM CACAU	ARROZ, LENTILHA (com farinha de aveia)	
PÃO CASEIRO COM MANTEIGA	PERNIL ACEBOLADO DESFIADO	MELANCIA
	SALADA DE ABOBRINHA (ralada)	

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA DIÁRIA DO PERÍODO PARCIAL MANHÃ

Valor energético 497,1 kcal · Carboidratos 66,3 g · Proteínas 17,1 g · Gorduras totais 18,0 g · Cálcio 201,0 mg · Ferro 2,4 g · Vitamina A 186,8 mcg · Vitamina C 42,6 mg.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA DIÁRIA DO PERÍODO PARCIAL TARDE

Valor energético 502,4 kcal · Carboidratos 68,2 g · Proteínas 17,5 g · Gorduras totais 18,1 g · Cálcio 203,0 mg · Ferro 2,5 g · Vitamina A 178,9 mcg · Vitamina C 43,1 mg.

OBSERVAÇÕES: CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES | ELABORADO DE ACORDO COM A RESOLUÇÃO N°06 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
Nutricionista CRN3 60178

Orlando Carola Neto
Nutricionista CRN3 29713



BERÇÁRIO 2, MATERNAIS 1 E 2
(Faixa etária atendida: entre 1 e 3 anos)

**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			SUCO DE MELANCIA	ARROZ, FEIJÃO	ABACAXI
QUINTA	19	SUCO DE ABACAXI COM HORTELÃ CUSCUZ COM OVO	ARROZ, FEIJÃO (com purê de abóbora) FRANGO CAIPIRA (coxa/sobrecoxa com tomate, cenoura, milho e quiabo)	MELANCIA	CUSCUZ COM OVO	OVOS MEXIDOS COM TOMATE E BRÓCOLIS SELETA DE CHUCHU COM CENOURA	
SEXTA	20	LEITE COM CACAU PÃO CASEIRO COM MANTEIGA	ARROZ, LENTILHA (com farinha de aveia) PERNIL ACEBOLADO DESFIADO SALADA DE ABOBRINHA (ralada)	ABACAXI	LEITE COM CACAU BOLO DE BANANA COM AVEIA E UVA PASSA	ARROZ, FEIJÃO (com purê de beterraba) CARNE MOÍDA COM TOMATE E CENOURA (ralados) MANDIOCA REFOGADA COM ALECRIM	MAMÃO
		INFORMAÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA DIÁRIA DO PERÍODO PARCIAL MANHÃ			INFORMAÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA DIÁRIA DO PERÍODO PARCIAL TARDE		
		Valor energético 497,1 kcal · Carboidratos 66,3 g · Proteínas 17,1 g · Gorduras totais 18,0 g · Cálcio 201,0 mg · Ferro 2,4 g · Vitamina A 186,8 mcg · Vitamina C 42,6 mg.			Valor energético 502,4 kcal · Carboidratos 68,2 g · Proteínas 17,5 g · Gorduras totais 18,1 g · Cálcio 203,0 mg · Ferro 2,5 g · Vitamina A 178,9 mcg · Vitamina C 43,1 mg.		

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA DIÁRIA DO PERÍODO PARCIAL MANHÃ

Valor energético 497,1 kcal · Carboidratos 66,3 g · Proteínas 17,1 g · Gorduras totais 18,0 g · Cálcio 201,0 mg · Ferro 2,4 g ·
Vitamina A 186,8 mcg · Vitamina C 42,6 mg.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA DIÁRIA DO PERÍODO PARCIAL TARDE

Valor energético 502,4 kcal · Carboidratos 68,2 g · Proteínas 17,5 g · Gorduras totais 18,1 g · Cálcio 203,0 mg · Ferro 2,5 g ·
Vitamina A 178,9 mcg · Vitamina C 43,1 mg.

OBSERVAÇÕES: CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES | ELABORADO DE ACORDO COM A RESOLUÇÃO N°06 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.



Jaqueleine Carboneri Brando
Nutricionista CRN3 60178

Orlando Carola Neto
Nutricionista CRN3 29713



BERÇÁRIO 2, MATERNAIS 1 E 2
(Faixa etária atendida: entre 1 e 3 anos)

**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	BANANA AMASSADA COM LEITE EM PÓ E AVEIA EM FLOCOS	ARROZ, FEIJÃO (com purê de abóbora) OVOS MEXIDOS COM TOMATE E MANJERICÃO SALADA DE ALFACE COM PEPINO	PERA	SUCO DE MELANCIA CUSCUZ COM OVO	MACARRÃO PARISIENSE PERNIL EM CUBOS (dourados no forno), CENOURA EM CUBOS, MOLHO BRANCO E CHEIRO VERDE	LARANJA
TERÇA	24	LEITE COM CACAU PÃO DE CENOURA COM MANTEIGA	ARROZ CARNE DESFIADA COM CENOURA E TOMATE PURÊ DE ABÓBORA COM CHEIRO VERDE	MAMÃO	SUCO DE MELANCIA CUSCUZ COM OVO	ARROZ, FEIJÃO (com purê de abóbora) FRANGO CAIPIRA (coxa/sobrecoxa com tomate, cenoura, milho e quiabo)	MELÃO
QUARTA	25	SUCO DE MELANCIA CUSCUZ COM OVO	ARROZ, FEIJÃO (com purê de beterraba) FÍGADO ACEBOLADO VIRADINHO DE COUVE	BANANA	LEITE COM CACAU PÃO CASEIRO COM MANTEIGA	ARROZ, FEIJÃO (com farinha de aveia) CARNE DE PANELA AO MOLHO (tomate, cenoura, extrato) ABOBRINHA REFOGADA	PERA
QUINTA	26	LEITE COM CACAU PÃO CASEIRO COM MANTEIGA	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)	VITAMINA DE BANANA E MAMÃO COM LEITE E AVEIA EM FLOCOS	ARROZ, FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM TOMATE E BRÓCOLIS SALADA DE ALFACE	ABACAXI
SEXTA	27	ABACATE COM LEITE EM PÓ	ARROZ ESTROGONOFÉ DE FRANGO (molho branco, extrato) BATATA SAUTÉ	BOLO DE BANANA COM AVEIA, UVA PASSA E CALDA DE CACAU	ABACATE COM LEITE EM PÓ	ARROZ, FEIJOADA (pernil desfiado, purê de abóbora) VINAGRETE (tomate, pepino e cheiro verde)	BOLO DE BANANA COM AVEIA, UVA PASSA E CALDA DE CACAU

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA DIÁRIA DO PERÍODO PARCIAL MANHÃ

Valor energético 497,1 kcal · Carboidratos 66,3 g · Proteínas 17,1 g · Gorduras totais 18,0 g · Cálcio 201,0 mg · Ferro 2,4 g ·
Vitamina A 186,8 mcg · Vitamina C 42,6 mg.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA DIÁRIA DO PERÍODO PARCIAL TARDE

Valor energético 502,4 kcal · Carboidratos 68,2 g · Proteínas 17,5 g · Gorduras totais 18,1 g · Cálcio 203,0 mg · Ferro 2,5 g ·
Vitamina A 178,9 mcg · Vitamina C 43,1 mg.

OBSERVAÇÕES: CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES | ELABORADO DE ACORDO COM A RESOLUÇÃO N°06 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 Carbonerí Brando
Nutricionista CRN3 60178

Orlando Carola Neto
Nutricionista CRN3 29713