



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)

MARÇO 2026



1ª SEMANA	
SEGUNDA	2
TERÇA	3
QUARTA	4
QUINTA	5
SEXTA	6

PERÍODO DA MANHÃ		
DESJEJUM (7:00 - 7:30)	ALMOÇO (10:00 - 11:00)	SOBREMESA (11:00 - 11:30)
SUCO DE ABACAXI CUSCUZ COM OVO	MACARRÃO CARNE MOÍDA AO MOLHO (tomate, cenoura, extrato) SALADA DE ACELGA COM TOMATE	LARANJA
LEITE COM CACAU PÃO CASEIRO COM MANTEIGA	ARROZ PEIXE ASSADO COM TOMATE E CENOURA BATATA GRATINADA (com molho branco)	BANANA (AGRICULTURA FAMILIAR)
BANANA EM RODELAS COM AVEIA E LEITE EM PÓ	ARROZ, FEIJÃO (com purê de abóbora) FRANGO DESFIADO AO MOLHO (tomate, cenoura, extrato) BRÓCOLIS COM COUVE FLOR	MAMÃO
LEITE COM CACAU BOLO DE BANANA COM AVEIA E UVA PASSA	ARROZ, FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM TOMATE, CENOURA E CHEIRO VERDE SELETA DE CHUCHU COM MANDIOQUINHA	ABACAXI
LEITE COM CACAU PÃO DE BETERRABA CASEIRO COM MANTEIGA	ARROZ, FEIJOADA (pernil desfiado, purê de abóbora) VIRADINHO DE COUVE	MELÃO

PERÍODO DA TARDE		
ENTRADA (12:30 - 13:00)	JANTAR (15:30 - 16:00)	SOBREMESA (15:30 - 16:00)
LEITE COM CACAU PÃO CASEIRO COM MANTEIGA	ARROZ, FEIJÃO (com purê de abóbora) PERNIL DESFIADO ACEBOLADO COM CHEIRO VERDE MANDIOCA COZIDA	MELÃO
SUCO DE LARANJA, MANGA E CENOURA TORTA PIZZA (TOMATE, QUEIJO E ORÉGANO)	ARROZ, FEIJÃO (com purê de beterraba) OVOS MEXIDOS COM CHUCHU E CENOURA COUVE REFOGADA	CAQUI (AGRICULTURA FAMILIAR)
SUCO DE ABACAXI COM MARACUJÁ CUSCUZ COM OVO	ARROZ LASANHA À BOLONHESA (carne moída berinjela, tomate, purê de abóbora, extrato, molho branco) SALADA DE ACELGA	MANGA
LEITE COM CACAU PÃO CASEIRO COM MANTEIGA	ARROZ FRANGO AO MOLHO (tomate, abóbora, extrato) COM CHEIRO VERDE FAROFA DE ABOBRINHA, CENOURA E ALHO	MELANCIA
VITAMINA DE BANANA E MAMÃO COM LEITE E AVEIA EM FLOCOS	ARROZ, FEIJÃO (com farinha de aveia) OVOS MEXIDOS COM ESPINAFRE SALADA DE ALFACE COM PEPINO	PERA

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.



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)

MARÇO 2026



2ª 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	9	FLOCOS DE MILHO COM RODELAS DE BANANA E LEITE	ARROZ FRICASSE DE FRANGO BATATA SAUTÈ COM CHEIRO VERDE	MAÇÃ	BANANA AMASSADA COM AVEIA E LEITE EM PÓ	MACARRÃO PICADINHO DE CARNE (cubos pequenos com tomate, purê de abóbora, extrato) SELETA DE BRÓCOLIS COM CENOURA	ABACAXI
TERÇA	10	LEITE COM CACAU PÃO CASEIRO COM MANTEIGA	ARROZ, FEIJÃO (com farinha de aveia) OVOS MEXIDOS COM VAGEM PURÊ DE ABÓBORA COM TOMILHO	MELANCIA	LEITE COM CACAU BOLO DE BANANA COM AVEIA E UVA PASSA	ARROZ ISCAS DE FRANGO ASSADAS COM MOLHO DE ERVAS (molho branco com cheiro verde, tomilho e orégano) VIRADINHO DE ABOBRINHA	MAMÃO
QUARTA	11	SUCO DE ABACAXI TORTA PIZZA (TOMATE, QUEIJO E ORÉGANO)	ARROZ, LENTILHA (com purê de abóbora) PERNIL ACEBOLADO DESFIADO SALADA DE REPOLHO COLORIDO	PERA	SUCO DE MELANCIA CUSCUZ COM OVO	ARROZ, FEIJÃO (com farinha de aveia) FÍGADO ACEBOLADO SELETA DE BRÓCOLIS COM CENOURA	MAÇÃ
QUINTA	12	SUCO DE MELANCIA CUSCUZ COM OVO	ARROZ CARNE EM CUBOS (tomate, cenoura e cheiro verde picados bem pequenos) MANDIOCA COZIDA NA MANTEIGA	CAQUI (AGRICULTURA FAMILIAR)	SUCO DE LARANJA COM MELÃO CUSCUZ COM OVO	ARROZ, FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM TOMATE, CENOURA E CHEIRO VERDE SELETA DE CHUCHU COM MANDIOQUINHA	BANANA (AGRICULTURA FAMILIAR)
SEXTA	13	LEITE COM CACAU PÃO DE MANDIOQUINHA CASEIRO COM MANTEIGA	ARROZ, FEIJÃO (com purê de beterraba) PERNIL DESFIADO COM PIMENTÃO E CEBOLA SALADA DE PEPINO COM TOMATE	MANGA	SUCO DE MELÃO COM MARACUJÁ TORTA PIZZA (TOMATE, QUEIJO E ORÉGANO)	ARROZ, FEIJÃO (com purê de abóbora) FRANGO DESFIADO AO MOLHO (tomate, cenoura, extrato) BRÓCOLIS COM COUVE FLOR	SALADA DE FRUTAS (banana, maçã, mamão, goiaba e suco de laranja)



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.

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)

MARÇO 2026



3ª SEMANA	
SEGUNDA	16
TERÇA	17
QUARTA	18
QUINTA	19
SEXTA	20

PERÍODO DA MANHÃ		
DESJEJUM (7:00 - 7:30)	ALMOÇO (10:00 - 11:00)	SOBREMESA (11:00 - 11:30)
SUCO DE LARANJA COM MELÃO CUSCUZ COM OVO	ARROZ, FEIJÃO (com farinha de aveia) QUIBE DE FORNO RECHEADO COM CREME DE LEGUMES (purê de abóbora e cenoura) SALADA DE REPOLHO BRANCO	ABACAXI
LEITE COM CACAU PÃO CASEIRO COM MANTEIGA	ARROZ FRANGO AO MOLHO (tomate, abóbora, extrato) COM CHEIRO VERDE FAROFA DE ABOBRINHA, CENOURA E ALHO	BANANA (AGRICULTURA FAMILIAR)
SUCO DE MELÃO COM MARACUJÁ TORTA PIZZA (TOMATE, QUEIJO E ORÉGANO)	ARROZ, FEIJÃO (com farinha de aveia) FÍGADO ACEBOLADO SELETA DE BRÓCOLIS COM CENOURA	CAQUI (AGRICULTURA FAMILIAR)
LEITE COM CACAU PÃO DE BETERRABA CASEIRO COM MANTEIGA	ARROZ, FEIJÃO (com purê de beterraba) PERNIL EM CUBOS COM CENOURA E CHEIRO VERDE SALADA DE ALFACE COM TOMATE	MAÇÃ
LEITE COM CACAU BOLO DE BANANA COM AVEIA E UVA PASSA	POLENTA CARNE MOÍDA AO MOLHO (tomate, abóbora, extrato) COM CENOURA COZIDA (em pedaços grandes)	BANANA

PERÍODO DA TARDE		
ENTRADA (12:30 - 13:00)	JANTAR (15:30 - 16:00)	SOBREMESA (15:30 - 16:00)
LEITE COM CACAU PÃO CASEIRO COM MANTEIGA	ARROZ, FEIJÃO (com purê de beterraba) PERNIL DESFIADO COM PIMENTÃO E CEBOLA SALADA DE PEPINO COM TOMATE	MAÇÃ
SUCO DE ABACAXI TORTA PIZZA (TOMATE, QUEIJO E ORÉGANO)	ARROZ CARNE EM CUBOS (tomate, cenoura e cheiro verde picados bem pequenos) MANDIOCA COZIDA NA MANTEIGA	CAQUI (AGRICULTURA FAMILIAR)
LEITE COM CACAU PÃO DE BETERRABA CASEIRO COM MANTEIGA	ARROZ FRICASSE DE FRANGO BATATA SAUTÊ COM CHEIRO VERDE	BANANA (AGRICULTURA FAMILIAR)
SUCO DE MELANCIA CUSCUZ COM OVO	ARROZ PEIXE ASSADO COM TOMATE E CENOURA BATATA GRATINADA (com molho branco)	MANGA
LEITE COM CACAU PÃO DE MANDIOQUINHA CASEIRO COM MANTEIGA	ARROZ PERNIL DESFIADO AO MOLHO (tomate, purê de abóbora, extrato) BETERRABA COZIDA	MAMÃO

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.



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)

MARÇO 2026



4ª SEMANA	
SEGUNDA	23
TERÇA	24
QUARTA	25
QUINTA	26
SEXTA	27

PERÍODO DA MANHÃ		
DESJEJUM (7:00 - 7:30)	ALMOÇO (10:00 - 11:00)	SOBREMESA (11:00 - 11:30)
BANANA AMASSADA COM AVEIA E LEITE EM PÓ	ARROZ, FEIJÃO (com farinha de aveia) OVOS MEXIDOS COM ESPINAFRE SALADA DE ACELGA	MELÃO
VITAMINA DE BANANA E MAMÃO COM LEITE E AVEIA EM FLOCOS	ARROZ LASANHA À BOLONHESA (carne moída berinjela, tomate, purê de abóbora, extrato, molho branco) SALADA DE ALFACE COM PEPINO	CAQUI (AGRICULTURA FAMILIAR)
SUCO DE MELANCIA CUSCUZ COM OVO	ARROZ PERNIL DESFIADO AO MOLHO (tomate, purê de abóbora, extrato) BETERRABA COZIDA	BANANA (AGRICULTURA FAMILIAR)
LEITE COM CACAU PÃO CASEIRO COM MANTEIGA	ARROZ ISCAS DE FRANGO ASSADAS COM MOLHO DE ERVAS (molho branco com cheiro verde, tomilho e orégano) VIRADINHO DE ABOBRINHA	MANGA
SUCO DE LARANJA, MANGA E CENOURA TORTA PIZZA (TOMATE, QUEIJO E ORÉGANO)	ARROZ, FEIJÃO (com purê de beterraba) OVOS MEXIDOS COM CHUCHU E CENOURA COUVE REFOGADA	PERA

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.

PERÍODO DA TARDE		
ENTRADA (12:30 - 13:00)	JANTAR (15:30 - 16:00)	SOBREMESA (15:30 - 16:00)
FLOCOS DE MILHO COM RODELAS DE BANANA E LEITE	ARROZ, LENTILHA (com purê de abóbora) PERNIL ACEBOLADO DESFIADO SALADA DE REPOLHO COLORIDO	PERA
LEITE COM CACAU PÃO CASEIRO COM MANTEIGA	MACARRÃO CARNE MOÍDA AO MOLHO (tomate, cenoura, extrato) SALADA DE ACELGA COM TOMATE	BANANA (AGRICULTURA FAMILIAR)
LEITE COM CACAU PÃO DE BETERRABA CASEIRO COM MANTEIGA	ARROZ, FEIJÃO (com farinha de aveia) OVOS MEXIDOS COM VAGEM PURÊ DE ABÓBORA COM TOMILHO	CAQUI (AGRICULTURA FAMILIAR)
LEITE COM CACAU BOLO DE BANANA COM AVEIA E UVA PASSA	ARROZ, FEIJÃO (com purê de beterraba) PERNIL EM CUBOS COM CENOURA E CHEIRO VERDE SALADA DE ALFACE COM TOMATE	MELANCIA
BANANA EM RODELAS COM AVEIA E LEITE EM PÓ	POLENTA CARNE MOÍDA AO MOLHO (tomate, abóbora, extrato) COM CENOURA COZIDA (em pedaços grandes)	MELÃO

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.



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)

MARÇO 2026



5ª SEMANA	
SEGUNDA	30
TERÇA	31

PERÍODO DA MANHÃ		
DESJEJUM (7:00 - 7:30)	ALMOÇO (10:00 - 11:00)	SOBREMESA (11:00 - 11:30)
SUCO DE ABACAXI COM MARACUJÁ	ARROZ, FEIJÃO (com purê de abóbora) PERNIL DESFIADO ACEBOLADO COM CHEIRO VERDE	ABACAXI
CUSCUZ COM OVO	MANDIOCA COZIDA	
LEITE COM CACAU	MACARRÃO	
PÃO CASEIRO COM MANTEIGA	PICADINHO DE CARNE (cubos pequenos com tomate, purê de abóbora, extrato)	BOLO DE BANANA COM CALDA DE CACAU
	SELETA DE BRÓCOLIS COM CENOURA	

PERÍODO DA TARDE		
ENTRADA (12:30 - 13:00)	JANTAR (15:30 - 16:00)	SOBREMESA (15:30 - 16:00)
LEITE COM CACAU	ARROZ, FEIJÃO (com farinha de aveia)	
PÃO CASEIRO COM MANTEIGA	QUIBE DE FORNO RECHEADO COM CREME DE LEGUMES (purê de abóbora e cenoura)	LARANJA
	SALADA DE REPOLHO BRANCO	
SUCO DE ABACAXI	ARROZ, FEIJÃO (pernil desfiado, purê de abóbora)	BOLO DE BANANA COM CALDA DE CACAU
CUSCUZ COM OVO	VIRADINHO DE COUVE	

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.



Jaqueline Carboneri Brando
Jaqueline Carboneri Brando
Nutricionista CRN3 60178

Orlando Carola Neto
Orlando Carola Neto
Nutricionista CRN3 29713