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)

NOVEMBRO 2026



1° 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)
TERÇA	3	LEITE EM PÓ INTEGRAL RECONSTITUÍDO	ARROZ, FEIJÃO (com purê de abóbora) OVOS MEXIDOS COM TOMATE E MANJERICÃO SALADA DE TOMATE COM PEPINO	MELÃO (COM CASCA, SEM SEMENTES, EM FATIAS)	LEITE EM PÓ INTEGRAL RECONSTITUÍDO	ARROZ, FEIJÃO (com farinha de aveia) CARNE MOÍDA (com berinjela) AO MOLHO (tomate, extrato, cenoura) CHUCHU REFOGADO	LARANJA (SEM CASCA, SEM SEMENTES APARENTES, CORTADA AO MEIO)
QUARTA	4	LEITE EM PÓ INTEGRAL RECONSTITUÍDO	ARROZ ESTROGONOFE DE PERNIL BATATA SAUTÈ	PERA (COM CASCA, SEM SEMENTES, CORTADA AO MEIO)	LEITE EM PÓ INTEGRAL RECONSTITUÍDO	ARROZ, FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM TOMATE E BRÓCOLIS	MAMÃO (SEM CASCA, SEM SEMENTES, EM FATIAS)
QUINTA	5	LEITE EM PÓ INTEGRAL RECONSTITUÍDO	ARROZ ESCONDIDINHO DE FRANGO (frango desfiado com creme de milho sob purê de batatas) SALADA DE ALFACE	PÊSSEGO (AGRICULTURA FAMILIAR)	LEITE EM PÓ INTEGRAL RECONSTITUÍDO	SOPA DE MACARRÃO COM CARNE DESFIADA, CENOURA, BATATA E MANDIOQUINHA	MAÇÃ (COM CASCA, SEM SEMENTES APARENTES, CORTADA AO MEIO)
SEXTA	6	LEITE EM PÓ INTEGRAL RECONSTITUÍDO	ARROZ, FEIJÃO (com farinha de aveia) CARNE DE PANELA AO MOLHO (tomate, cenoura, extrato) ABOBRINHA REFOGADA	BANANA	LEITE EM PÓ INTEGRAL RECONSTITUÍDO	ARROZ, LENTILHA (com farinha de aveia) PERNIL ACEBOLADO DESFIADO SALADA DE ABOBRINHA (ralada)	PÊSSEGO (AGRICULTURA FAMILIAR)

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA DIÁRIA DO PERIODO PARCIAL MANHÃ
Valor energético 352,8 kcal · Carboidratos 48,3 g · Proteínas 14,1 g · Gorduras totais 13,9 g · Cálcio 448,2 mg · Ferro 2,3 g · Vitamina A 201,1 mcg · Vitamina C 40,5 mg.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA DIÁRIA DO PERIODO PARCIAL TARDE
Valor energético 362,0 kcal · Carboidratos 45,0 g · Proteínas 15,3 g · Gorduras totais 13,1 g · Cálcio 440,5 mg · Ferro 2,1 g · Vitamina A 190,0 mcg · Vitamina C 37,4 mg.

ÍNDICE DE QUALIDADE IQ COSAN ADEQUADO

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

Jaqueline Carboneri Brando
Nutricionista CRN3 60178

Orlando Carola Neto
Nutricionista CRN3 29713

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)

NOVEMBRO 2026



2° 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	LEITE EM PÓ INTEGRAL RECONSTITUÍDO	ARROZ, FEIJÃO (com purê de beterraba) CARNE MOÍDA COM TOMATE E CENOURA (ralados) BATATA DOCE COZIDA	MELANCIA (COM CASCA, EM FATIAS)	LEITE EM PÓ INTEGRAL RECONSTITUÍDO	ARROZ, FEIJÃO (com farinha de aveia) ISCAS DE FRANGO AO MOLHO (tomate, cenoura, extrato) VIRADINHO DE COUVE	ABACAXI (SEM CASCA, EM RODELA)
TERÇA	10	LEITE EM PÓ INTEGRAL RECONSTITUÍDO	ARROZ, FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM TOMATE E BRÓCOLIS SELETA DE CHUCHU COM CENOURA	MANGA (SEM CASCA, EM CUBOS)	LEITE EM PÓ INTEGRAL RECONSTITUÍDO	MACARRÃO PARISIENSE PERNIL EM CUBOS (dourados no forno), CENOURA EM CUBOS, MOLHO BRANCO E CHEIRO VERDE	PERA (COM CASCA, SEM SEMENTES, CORTADA AO MEIO)
QUARTA	11	LEITE EM PÓ INTEGRAL RECONSTITUÍDO	ARROZ LASANHA À BOLONHESA (carne moída berinjela, tomate, purê de abóbora, extrato, molho branco) SALADA DE ACELGA (bem picadinha)	BANANA	LEITE EM PÓ INTEGRAL RECONSTITUÍDO	ARROZ, FEIJÃO CARNE EM CUBOS ACEBOLADA SALADA DE PEPINO	MELANCIA (COM CASCA, EM FATIAS)
QUINTA	12	LEITE EM PÓ INTEGRAL RECONSTITUÍDO	ARROZ, LENTILHA (com farinha de aveia) PERNIL ACEBOLADO DESFIADO SALADA DE ABOBRINHA (ralada)	MAMÃO (SEM CASCA, SEM SEMENTES, EM FATIAS)	LEITE EM PÓ INTEGRAL RECONSTITUÍDO	ARROZ, FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM TOMATE E BRÓCOLIS SALADA DE ALFACE	BANANA
SEXTA	13	LEITE EM PÓ INTEGRAL RECONSTITUÍDO	ARROZ PEIXE ENSOPADO (pimentão e cebola) SELETA DE BATATA COM TOMATE E COENTRO	LARANJA (SEM CASCA, SEM SEMENTES APARENTES, CORTADA AO MEIO)	LEITE EM PÓ INTEGRAL RECONSTITUÍDO	ARROZ, FEIJOADA (pernil desfiado, purê de abóbora) VINAGRETE (tomate, pepino e cheiro verde)	MELÃO (COM CASCA, SEM SEMENTES, EM FATIAS)

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA DIÁRIA DO PERIODO PARCIAL MANHÃ

Valor energético 352,8 kcal · Carboidratos 48,3 g · Proteínas 14,1 g · Gorduras totais 13,9 g · Cálcio 448,2 mg · Ferro 2,3 g · Vitamina A 201,1 mcg · Vitamina C 40,5 mg.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA DIÁRIA DO PERIODO PARCIAL TARDE

Valor energético 362,0 kcal · Carboidratos 45,0 g · Proteínas 15,3 g · Gorduras totais 13,1 g · Cálcio 440,5 mg · Ferro 2,1 g · Vitamina A 190,0 mcg · Vitamina C 37,4 mg.

ÍNDICE DE QUALIDADE IQ COSAN ADEQUADO

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

Jaqueline Carboneri Brando
Nutricionista CRN3 60178

Orlando Carola Neto
Nutricionista CRN3 29713

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)

NOVEMBRO 2026



3° 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	LEITE EM PÓ INTEGRAL RECONSTITUÍDO	MACARRÃO PARISIENSE PERNIL EM CUBOS (dourados no forno), CENOURA EM CUBOS, MOLHO BRANCO E CHEIRO VERDE	MAMÃO (SEM CASCA, SEM SEMENTES, EM FATIAS)	LEITE EM PÓ INTEGRAL RECONSTITUÍDO	ARROZ, FEIJÃO (com purê de beterraba) CARNE MOÍDA COM TOMATE E CENOURA (ralados) MANDIOCA REFOGADA COM ALECRIM	MELÃO (COM CASCA, SEM SEMENTES, EM FATIAS)
TERÇA	17	LEITE EM PÓ INTEGRAL RECONSTITUÍDO	ARROZ, FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM TOMATE E BRÓCOLIS SALADA DE ALFACE	SALADA DE FRUTAS (banana, uva, mamão, maçã, morango e suco de laranja)	LEITE EM PÓ INTEGRAL RECONSTITUÍDO	POLENTA FRANGO DESFIADO AO MOLHO (tomate, cenoura, extrato) COM CENOURA COZIDA (em pedaços grandes)	ABACAXI (SEM CASCA, EM RODELA)
QUARTA	18	LEITE EM PÓ INTEGRAL RECONSTITUÍDO	ARROZ CARNE MOÍDA (com berinjela) AO MOLHO (toamte, extrato, cenoura) CHUCHU REFOGADO	MANGA (SEM CASCA, EM CUBOS)	LEITE EM PÓ INTEGRAL RECONSTITUÍDO	ARROZ, FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM TOMATE E MANJERICÃO PURÊ DE ABÓBORA	PÊSSEGO (AGRICULTURA FAMILIAR)
QUINTA	19	LEITE EM PÓ INTEGRAL RECONSTITUÍDO	ARROZ, FEIJÃO (com farinha de aveia) ISCAS DE FRANGO AO MOLHO (tomate, cenoura, extrato) BATATA SAUTÈ	PÊSSEGO (AGRICULTURA FAMILIAR)	LEITE EM PÓ INTEGRAL RECONSTITUÍDO	ARROZ LASANHA À BOLONHESA (carne moída berinjela, tomate, purê de abóbora, extrato, molho branco) SALADA DE ACELGA (bem picadinha)	BOLO DE BANANA COM AVEIA E UVA PASSA

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA DIÁRIA DO PERIODO PARCIAL MANHÃ

Valor energético 352,8 kcal · Carboidratos 48,3 g · Proteínas 14,1 g · Gorduras totais 13,9 g · Cálcio 448,2 mg · Ferro 2,3 g · Vitamina A 201,1 mcg · Vitamina C 40,5 mg.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA DIÁRIA DO PERIODO PARCIAL TARDE

Valor energético 362,0 kcal · Carboidratos 45,0 g · Proteínas 15,3 g · Gorduras totais 13,1 g · Cálcio 440,5 mg · Ferro 2,1 g · Vitamina A 190,0 mcg · Vitamina C 37,4 mg.

ÍNDICE DE QUALIDADE TC COSAN ADEQUADO

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

Jaqueline Carboneri Brando
Nutricionista CRN3 60178

Orlando Carola Neto
Nutricionista CRN3 29713

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)

NOVEMBRO 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 OVOS MEXIDOS COM TOMATE E MANJERICÃO PURÊ DE ABÓBORA	LARANJA (SEM CASCA, SEM SEMENTES APARENTES, CORTADA AO MEIO)	LEITE EM PÓ INTEGRAL RECONSTITUÍDO	ARROZ, FEIJÃO (com purê de abóbora) PERNIL DESFIADO ACEBOLADO COM CHEIRO VERDE MANDIOCA COZIDA	PERA (COM CASCA, SEM SEMENTES, CORTADA AO MEIO)
TERÇA	24	LEITE EM PÓ INTEGRAL RECONSTITUÍDO	ARROZ, FEIJÃO (com farinha de aveia) QUIBE DE FORNO RECHEADO COM CREME DE LEGUMES (purê de abóbora e cenoura) SALADA DE REPOLHO BRANCO	ABACAXI (SEM CASCA, EM RODELA)	LEITE EM PÓ INTEGRAL RECONSTITUÍDO	ARROZ PEIXE ENSOPADO (pimentão e cebola) SELETA DE BATATA COM TOMATE E COENTRO	SALADA DE FRUTAS (banana, uva, mamão, maçã, morango e suco de laranja)
QUARTA	25	LEITE EM PÓ INTEGRAL RECONSTITUÍDO	ARROZ CARNE DESFIADA AO MOLHO (tomate e extrato) PURÊ DE ABÓBORA	MELÃO (COM CASCA, SEM SEMENTES, EM FATIAS)	LEITE EM PÓ INTEGRAL RECONSTITUÍDO	ARROZ, FEIJÃO (com farinha de aveia) QUIBE DE FORNO RECHEADO COM CREME DE LEGUMES (purê de abóbora e cenoura) SALADA DE REPOLHO BRANCO	BANANA
QUINTA	26	LEITE EM PÓ INTEGRAL RECONSTITUÍDO	ARROZ, FEIJÃO (com purê de beterraba) FÍGADO ACEBOLADO VIRADINHO DE COUVE	MAMÃO (SEM CASCA, SEM SEMENTES, EM FATIAS)	LEITE EM PÓ INTEGRAL RECONSTITUÍDO	MACARRÃO CARNE MOÍDA AO MOLHO (tomate, berinjela, extrato, manjericão) SELETA DE CHUCHU COM MILHO	LARANJA (SEM CASCA, SEM SEMENTES APARENTES, CORTADA AO MEIO)
SEXTA	27	LEITE EM PÓ INTEGRAL RECONSTITUÍDO	ARROZ, FEIJÃO (com purê de abóbora) PERNIL DESFIADO ACEBOLADO COM CHEIRO VERDE MANDIOCA COZIDA	BOLO DE BANANA COM UVA PASSA E CALDA DE MAÇÃ COM CANELA	LEITE EM PÓ INTEGRAL RECONSTITUÍDO	ARROZ, FEIJÃO (com farinha de aveia) ISCAS DE FRANGO AO MOLHO (tomate, cenoura, extrato) BATATA SAUTÈ	BOLO DE BANANA COM UVA PASSA E CALDA DE MAÇÃ COM CANELA

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA DIÁRIA DO PERIODO PARCIAL MANHÃ	INFORMAÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA DIÁRIA DO PERIODO PARCIAL TARDE
Valor energético 352,8 kcal · Carboidratos 48,3 g · Proteínas 14,1 g · Gorduras totais 13,9 g · Cálcio 448,2 mg · Ferro 2,3 g · Vitamina A 201,1 mcg · Vitamina C 40,5 mg.	Valor energético 362,0 kcal · Carboidratos 45,0 g · Proteínas 15,3 g · Gorduras totais 13,1 g · Cálcio 440,5 mg · Ferro 2,1 g · Vitamina A 190,0 mcg · Vitamina C 37,4 mg.

ÍNDICE DE QUALIDADE IQ COSAN ADEQUADO

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

Jaqueline Carboneri Brando
Nutricionista CRN3 60178

Orlando Carola Neto
Nutricionista CRN3 29713

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)

NOVEMBRO 2026



5º 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	30	LEITE EM PÓ INTEGRAL RECONSTITUÍDO	ARROZ FRICASSE DE FRANGO BATATA SAUTÈ COM CHEIRO VERDE	ABACAXI (SEM CASCA, EM RODELA)	LEITE EM PÓ INTEGRAL RECONSTITUÍDO	MACARRÃO PICADINHO DE CARNE (cubos pequenos com tomate, purê de abóbora, extrato) SELETA DE BRÓCOLIS COM CENOURA	LARANJA (SEM CASCA, SEM SEMENTES APARENTES, CORTADA AO MEIO)

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA DIÁRIA DO PERIODO PARCIAL MANHÃ	INFORMAÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA DIÁRIA DO PERIODO PARCIAL TARDE
Valor energético 352,8 kcal · Carboidratos 48,3 g · Proteínas 14,1 g · Gorduras totais 13,9 g · Cálcio 448,2 mg · Ferro 2,3 g · Vitamina A 201,1 mcg · Vitamina C 40,5 mg.	Valor energético 362,0 kcal · Carboidratos 45,0 g · Proteínas 15,3 g · Gorduras totais 13,1 g · Cálcio 440,5 mg · Ferro 2,1 g · Vitamina A 190,0 mcg · Vitamina C 37,4 mg.

ÍNDICE DE QUALIDADE TQ COSAN ADEQUADO

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

Jaqueline Carboneri Brando
Nutricionista CRN3 60178

Orlando Carola Neto
Nutricionista CRN3 29713