



CARDAPIO CRECHE
SEMANA 1 (01 a 05/05)
SEMANA 3 (15 a 19/05)

ZONA URBANA
FAIXA ETÁRIA 1 a 3 ANOS
PERÍODO INTEGRAL
MAIO/ 2023

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
CAFÉ MANHÃ	Pão integral com nata Frutas (banana, maçã, mamão)	Bolo de cenoura (salgado) Frutas (banana, maçã, mamão)	Pão integral com nata Frutas (banana, maçã, mamão)	Bolo salgado de carne moída Frutas (banana, maçã, mamão)	Pão integral com nata Frutas (banana, maçã, mamão)
ALMOÇO	Risoto de frango salada de cenoura cozida	Arroz, feijão e carne moída em molho e beterraba cozida	Polenta com molho de carne moída e alface	Arroz, feijão e omelete, salada de brócolis	Macarrão com molho de frango e repolho
LANCHE TARDE	Bolo salgado de frango Frutas (banana, maçã, mamão)	Bolinho de arroz com carne moída assado Frutas (banana, maçã, manga)	Panqueca de frango Frutas (banana, maçã, melão)	Pão integral com nata Frutas (banana, maçã, mamão)	Torta de legumes salgada Frutas (banana, maçã, mamão)
JANTAR	Sopa de lentilha com arroz	Sopa de legumes com arroz	Arroz e feijão e carne moída em molho e alface	Risoto de frango e repolho	Sopa de feijão com massinha
CEIA	Frutas (banana, maçã)	Frutas (banana, maçã)	Frutas (banana, maçã)	Frutas (banana, maçã)	Frutas (banana, maçã)

Cardápio elaborado atendendo as recomendações da Resolução 06/2020 e 20/2020 do Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE)

Sujeito a alterações com ciente do nutricionista

*Oferecer três tipos de frutas diariamente no lanche da tarde, sendo banana, maçã e outra fruta pronta para o consumo no dia

Composição nutricional Média semanal	Energia (Kcal)	CHO (g)	PNT (g)	LPD (g)	VIT A (mcg)	VIT C (mcg)	Ca (mcg)	Fe (mcg)
	702	98g	21g	19,8g	1,84	9,64	275	3,2
		55,84%	11,96%	25,38%				

Luana Provensi
LUANA PROVENSI
CRN10 5218



PREFEITURA MUNICIPAL DE QUILOMBO
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, CULTURA E ESPORTE
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO CRECHE
SEMANA 2 e 4

ZONA URBANA
FAIXA ETÁRIA 1 a 3 ANOS
PERÍODO INTEGRAL
MAIO/ 2023

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
CAFÉ MANHÃ	Pão integral com nata Frutas (banana, maçã, mamão)	Bolo de cenoura (salgado) Frutas (banana, maçã, mamão)	Pão integral com nata Frutas (banana, maçã, mamão)	Bolo salgado de frango Frutas (banana, maçã, mamão)	Pão integral com nata Frutas (banana, maçã, mamão)
ALMOÇO	Risoto de frango salada de repolho	Arroz, feijão e carne moída em molho e alface	Polenta com molho de carne moída e salada de cenoura cozida	Arroz, feijão e frango em molho, salada de couve-flor	Sopa de feijão com massinha
LANCHE TARDE	Bolo salgado de carne moída Frutas (banana, maçã, mamão)	Pão integral com nata Frutas (banana, maçã, manga)	Panqueca de frango Frutas (banana, maçã, melão)	Pão integral com nata Frutas (banana, maçã, mamão)	Torta de legumes salgada Frutas (banana, maçã, mamão)
JANTAR	Sopa de lentilha com arroz	Sopa de feijão com massinha	Arroz e feijão e carne moída em molho e alface	Sopa de legumes com arroz	Macarrão com molho de frango e repolho
CEIA	Frutas (banana, maçã)	Frutas (banana, maçã)	Frutas (banana, maçã)	Frutas (banana, maçã)	Frutas (banana, maçã)

Cardápio elaborado atendendo as recomendações da Resolução 06/2020 e 20/2020 do Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE)

Sujeito a alterações com ciência do nutricionista

*Oferecer três tipos de frutas diariamente no lanche da tarde, sendo banana, maçã e outra fruta pronta para o consumo no dia

Composição nutricional Média semanal	Energia (Kcal)	CHO (g)	PNT (g)	LPD (g)	VIT A (mcg)	VIT C (mcg)	Ca (mcg)	Fe (mcg)
	698	97g	21g	19,3g	1,84	9,64	275	3,2

Luana Provensi
LUANA PROVENSI
CRN10 5218



PREFEITURA MUNICIPAL DE QUILOMBO
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, CULTURA E ESPORTE
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO CRECHE
SEMANA 1 e 3

ZONA URBANA
FAIXA ETÁRIA 4 a 12 MESES
PERÍODO INTEGRAL
MAIO/ 2023

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
CAFÉ MANHÃ	Frutas amassadas ou raspadas (banana, mamão) Leite	Frutas amassadas ou raspadas (banana, mamão) Leite	Banana amassada ou raspada e purê de maçã Leite	Frutas amassadas ou raspadas (banana, mamão) Leite	Banana amassada ou raspada e purê de maçã Leite
ALMOÇO	Risoto de frango (bem cozido e amassado) salada de cenoura cozida e amassada	Arroz, feijão e carne moída em molho e beterraba cozida (amassar tudo separado para colocar no prato)	Polenta com molho de carne moída (bem molinha) e cenoura cozida (amassada)	Arroz, feijão e omelete, salada de brócolis (amassar tudo separado para colocar no prato)	Macarrão com molho de frango (bem desfiado e cozido) e beterraba cozida (amassada)
LANCHE TARDE	Frutas amassadas ou raspadas (banana, mamão, melão)	Banana amassada ou raspada e purê de maçã	Frutas amassadas ou raspadas (banana, mamão, melão)	Banana amassada ou raspada e purê de maçã	Frutas amassadas ou raspadas (banana, mamão, melão)
JANTAR	Sopa de lentilha com arroz (amassado)	Sopa de legumes com arroz (amassado)	Arroz, feijão e carne moída em molho (amassar tudo separado para colocar no prato)	Risoto de frango (bem cozido e amassado)	Sopa de feijão com massinha (amassado)
CEIA	Frutas amassadas ou raspadas (banana, maçã)	Frutas amassadas ou raspadas (banana, maçã)	Frutas amassadas ou raspadas (banana, maçã)	Frutas amassadas ou raspadas (banana, maçã)	Frutas amassadas ou raspadas (banana, maçã)

*Oferecer três tipos de frutas diariamente no lanche da tarde, sendo banana, maçã e outra fruta pronta para o consumo no dia
Sujeito a alterações com ciente do nutricionista

Composição nutricional Média semanal	Energia (Kcal)	CHO (g)	PNT (g)	LPD (g)	VIT A (mcg)	VIT C (mcg)	Ca (mcg)	Fe (mcg)
	457	66g	12,5g	10,3g				
		57,7%	10,94%	20,28%	1,7	27	175	5,6

Luana Provensi
LUANA PROVENSI
CRN10 5218



PREFEITURA MUNICIPAL DE QUILOMBO
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, CULTURA E ESPORTE
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO CRECHE
SEMANA 2 e 4

ZONA URBANA
FAIXA ETÁRIA 4 a 12 MESES
PERÍODO INTEGRAL
MAIO/ 2023

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
CAFÉ MANHÃ	Frutas amassadas ou raspadas (banana, mamão) Leite	Frutas amassadas ou raspadas (banana, mamão) Leite	Banana amassada ou raspada e purê de maçã Leite	Frutas amassadas ou raspadas (banana, mamão) Leite	Banana amassada ou raspada e purê de maçã Leite
ALMOÇO	Risoto de frango (bem cozido e amassado) salada de cenoura cozida e amassada	Arroz, feijão e carne moída em molho e beterraba cozida (amassar tudo separado para colocar no prato)	Polenta com molho de carne moída (bem molinha) e cenoura cozida (amassada)	Arroz, feijão e frango em molho, salada de couve-flor (amassar tudo separado para colocar no prato)	Sopa de feijão com massinha (amassada)
LANCHE TARDE	Frutas amassadas ou raspadas (banana, mamão, melão)	Banana amassada ou raspada e purê de maçã	Frutas amassadas ou raspadas (banana, mamão, melão)	Banana amassada ou raspada e purê de maçã	Frutas amassadas ou raspadas (banana, mamão, melão)
JANTAR	Sopa de lentilha com arroz (amassado)	Sopa de feijão com massinha (amassado)	Arroz, feijão e carne moída em molho (amassar tudo separado para colocar no prato)	Sopa de legumes com arroz (bem cozido e amassado)	Macarrão com molho de frango (bem cozido e amassado)
CEIA	Frutas amassadas ou raspadas (banana, maçã)	Frutas amassadas ou raspadas (banana, maçã)	Frutas amassadas ou raspadas (banana, maçã)	Frutas amassadas ou raspadas (banana, maçã)	Frutas amassadas ou raspadas (banana, maçã)

*Oferecer três tipos de frutas diariamente no lanche da tarde, sendo banana, maçã e outra fruta pronta para o consumo no dia
Sujeito a alterações com ciente do nutricionista

Composição nutricional Média semanal	Energia (Kcal)	CHO (g)	PNT (g)	LPD (g)	VIT A (mcg)	VIT C (mcg)	Ca (mcg)	Fe (mcg)
	457	66g	12,5g	10,3g				
		57,7%	10,94%	20,28%	1,7	27	175	5,6

Luana Provensi
LUANA PROVENSI
CRN10 5218



PREFEITURA MUNICIPAL DE QUILOMBO
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, CULTURA E ESPORTE
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

SEMANA 1 e 3
TURNO VESPERTINO

ZONA URBANA
FAIXA ETÁRIA 1 a 3 ANOS
PERÍODO INTEGRAL
MAIO/ 2023

CARDÁPIO CELÍACO
INTOLERÂNCIA À LACTOSE

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
CAFÉ MANHÃ					
ALMOÇO					
LANCHE TARDE	Bolo salgado de frango sem glúten e sem leite Frutas (banana, maçã, mamão)	Bolinho de arroz com carne moída assado com farinha de arroz e leite 0% lactose Frutas (banana, maçã, manga)	Panqueca de frango sem glúten e sem lactose Frutas (banana, maçã, melão)	Pão sem glúten e sem leite Frutas (banana, maçã, mamão)	Torta de legumes salgada com farinha de arroz Frutas (banana, maçã, mamão)
JANTAR	Sopa de lentilha com arroz	Sopa de legumes com arroz	Arroz e feijão e carne moída em molho e alface	Risoto de frango e repolho	Sopa de feijão com arroz
CEIA	Frutas (banana, maçã)	Frutas (banana, maçã)	Frutas (banana, maçã)	Frutas (banana, maçã)	Frutas (banana, maçã)

Cardápio elaborado atendendo as recomendações da Resolução 06/2020 e 20/2020 do FNDE
Sujeito a alterações com ciente do nutricionista
*Oferecer três tipos de frutas diariamente no lanche da tarde, sendo banana, maçã e outra fruta pronta para o consumo no dia

Composição nutricional Média semanal	Energia (Kcal)	CHO (g)	PNT (g)	LPD (g)	VIT A (mcg)	VIT C (mcg)	Ca (mcg)	Fe (mcg)
		47g	10,2g	10,7g	1,84	9,64	275	3,2
	307	61,23%	13,28%	31,3%				

Luana Provensi
LUANA PROVENSI
CRN10 5218



PREFEITURA MUNICIPAL DE QUILOMBO
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, CULTURA E ESPORTE
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

SEMANA 2 e 4
TURNO VESPERTINO

ZONA URBANA
FAIXA ETÁRIA 1 a 3 ANOS
PERÍODO INTEGRAL
MAIO/ 2023

CARDÁPIO CELÍACO
INTOLERÂNCIA A LACTOSE
ALERGIA A PROTEÍNA DO LEITE

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
CAFÉ MANHÃ					
ALMOÇO					
LANCHE TARDE	Bolo salgado de carne moída sem glúten e sem leite Frutas (banana, maçã, mamão)	Pão sem glúten Frutas (banana, maçã, manga)	Panqueca de frango sem glúten e sem lactose Frutas (banana, maçã, melão)	Pão sem glúten e sem leite Frutas (banana, maçã, mamão)	Torta de legumes salgada com farinha de arroz Frutas (banana, maçã, mamão)
JANTAR	Sopa de lentilha com arroz	Sopa de legumes com arroz	Arroz e feijão e carne moída em molho e alface	Sopa de legumes com arroz	Macarrão sem glúten com molho de frango e repolho
CEIA	Frutas (banana, maçã)	Frutas (banana, maçã)	Frutas (banana, maçã)	Frutas (banana, maçã)	Frutas (banana, maçã)

Cardápio elaborado atendendo as recomendações da Resolução 06/2020 e 20/2020 do FNDE
Sujeito a alterações com ciente do nutricionista
*Oferecer três tipos de frutas diariamente no lanche da tarde, sendo banana, maçã e outra fruta pronta para o consumo no dia

Composição nutricional Média semanal	Energia (Kcal)	CHO (g)	PNT (g)	LPD (g)	VIT A (mcg)	VIT C (mcg)	Ca (mcg)	Fe (mcg)
	304	45g	10,8g	10,4g	1,84	9,64	275	3,2
		59,21%	14,21%	30,78%				

Luana Provensi
LUANA PROVENSI
CRN10 5218