

MUNICÍPIO DE SENGÉS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



CARDÁPIO JUNHO CRECHE II e PRÉ
CENTRO DE EDUCAÇÃO INFANTIL - LYGIA
MARA
2024

REFEIÇÃO	SEGUNDA 03/06	TERÇA 04/06	QUARTA 05/06	QUINTA 06/06	SEXTA 07/06
CAFÉ DA MANHÃ – 08:00h	Pão dog c/ requeijão Chá	Pão francês c/ peito de frango Leite Caramelizado	Bolo de maça c/ aveia Chá	Cereal com leite	Pão dog com manteiga Achocolatado 50%
ALMOÇO - 10:00h	Arroz/Feijão com caldo Macarrão com carne moída Batata e chuchu cozidos	Arroz/feijão com caldo Frango ao molho Salada de chuchu	Arroz/feijão com caldo Carne em iscas Abobrinha refogada Salada de repolho	Arroz/feijão com caldo Carne suína Viradinho de Couve Laranja	Arroz/feijão com caldo Almôndegas ao molho Abobrinha e cenoura refogadas
COLAÇÃO – 13:00h	Maçã	Mamão	Laranja	Maçã	Banana
LANCHE DA TARDE- 14:30h	Pão dog c/ requeijão Chá	Mingau de aveia	Bolo de maça c/ aveia Chá	Cereal com leite	Pão dog com manteiga Achocolatado 50%

MUNICÍPIO DE SENGÉS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



CARDÁPIO JUNHO CRECHE II e PRÉ
CENTRO DE EDUCAÇÃO INFANTIL - LYGIA
MARA
2024

REFEIÇÃO	SEGUNDA 10/06	TERÇA 11/06	QUARTA 12/06	QUINTA 13/06	SEXTA 14/06
CAFÉ DA MANHÃ – 08:00h	Pão dog com manteiga Chá	logurte com cereal	Torta de frango c/ legumes Achocolatado 50%	Pão Francês c/ carne moída Chá	Pão dog com requeijão Leite Caramelizado
ALMOÇO - 10:00h	Arroz/feijão com caldo Macarrão com atum Abobrinha Refogada	Arroz/feijão com caldo Carne em iscas Purê de batata Beterraba	Arroz/feijão com caldo Quirera com carne de suína Salada de chuchu	Arroz colorido /feijão com caldo Almôndegas Salada de Alface com repolho	Arroz/feijão com caldo Viradinho de carne moída e couve Brócolis
COLAÇÃO – 13:00h	Banana	Maçã	Mamão	Laranja	Banana
LANCHE DA TARDE- 14:30h	Pão dog com manteiga Chá	Vitamina de fruta (Banana e maçã)	Torta de frango c/ legumes Achocolatado 50%	Pão Francês c/ carne moída Chá	Mingau de chocolate 50%

MUNICÍPIO DE SENGÉS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



CARDÁPIO JUNHO CRECHE II e PRÉ
CENTRO DE EDUCAÇÃO INFANTIL - LYGIA
MARA
2024

REFEIÇÃO	SEGUNDA 17/06	TERÇA 18/06	QUARTA 19/06	QUINTA 20/06	SEXTA 21/06
CAFÉ DA MANHÃ – 08:00h	Pão Francês com requeijão Achocolatado 50%	Pão dog com manteiga Leite Caramelizado	Bolo de laranja Chá	Pão Francês com carne de frango Achocolatado 50%	Pão dog com margarina Chá
ALMOÇO - 10:00h	Arroz/feijão com caldo Carne em iscas com mandioca Abobrinha refogada	Arroz/feijão com caldo Carne moída Polenta Beterraba	Arroz/feijão com caldo Carne suína Viradinho de couve	Arroz/feijão com caldo Purê de batata Almôndegas ao molho Alface e pepino	Arroz/feijão com caldo Frango com molho com batatas Pimentão
COLAÇÃO – 13:00h	Banana	Laranja	Maçã	Melão	Mamão
LANCHE DA TARDE- 14:30h	Pão Francês com requeijão Achocolatado 50%	Mingau de aveia	Bolo de laranja Chá	Mingau de chocolate 50%	Pão dog com margarina Chá

MUNICÍPIO DE SENGÉS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



CARDÁPIO JUNHO CRECHE II e PRÉ
CENTRO DE EDUCAÇÃO INFANTIL - LYGIA
MARA
2024

REFEIÇÃO	SEGUNDA 24/06	TERÇA 25/06	QUARTA 26/06	QUINTA 27/06	SEXTA 28/06
CAFÉ DA MANHÃ – 08:00h	Pão dog com manteiga Chá	logurte com cereal	Pão Francês com requeijão Achocolatado 50%	Torta de carne moída com legumes Chá	Pão dog com margarina Leite Caramelizado
ALMOÇO - 10:00h	Arroz/feijão com caldo Almôndegas ao molho Polenta Alface	Arroz/feijão com caldo Frango ao molho com Batata Repolho refogado	Arroz/feijão com caldo Carne em iscas Purê de batata Beterraba cozida	Arroz/feijão com caldo Macarrão com carne moída Brócolis	Arroz/feijão com caldo Carne suína Salada de chuchu
COLAÇÃO – 13:00h	Maçã	Mamão	Manga	Laranja	Banana
LANCHE DA TARDE- 14:30h	Pão dog com manteiga Chá	logurte com cereal	Mingau de aveia	Torta de carne moída com legumes Chá	Pão dog com margarina Leite Caramelizado

MUNICÍPIO DE SENGÉS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



CARDÁPIO JUNHO CRECHE II e PRÉ
CENTRO DE EDUCAÇÃO INFANTIL - LYGIA
MARA
2024

Informações Nutricionais:

Creche – Período Integral (70% das Necessidades diárias)

Categoria	Idade	Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Vitaminas		Minerais	
						A (mcg)	C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
			55% a 65% do VET	10 % a 15% do VET	25% a 35% do VET	350	35	182	5
Creche	7 - 11 meses	475	65 a 77	12 a 18	13 a 18	350	35	182	5
	1 - 3 anos	708	97 a 115	18 a 27	20 a 28	147	9	350	2

Fonte: Energia – Organização das Nações Unidas para Agricultura e Alimentação (FAO), 2004; Carboidrato, Proteína e Lipídio – Organização Mundial de Saúde (OMS), 2004 e 2007. Dietary Reference Intakes para Vitamina C (2000); Dietary Reference Intakes para Vitamina A e ferro (2001); Dietary Reference Intakes para Calcio (2011). *Para uso de referência dessa resolução, usou-se faixa de carboidrato de 55% a 65% do Valor Energético Total da Dieta (VET).

A evolução na consistência da alimentação deve ser gradativa entre o raspado, amassado, picado e pedaços inteiros individualmente de acordo com a evolução de cada aluno.

Cardápio poderá sofrer alterações c/ relação: aos hortifrutis pelo grau de maturação, excepcionalidades que possam ocorrer na unidade escolar, intercorrências com a entrega.
O uso dos hortifrutis deve ser de acordo com a data de recebimento e permissibilidade, não sendo considerado como troca/alteração de cardápio.

Observações:

As substituições são permitidas dentro de alimentos do mesmo grupo alimentar. Cardápio poderá sofrer alterações com relação aos hortifrutis pelo grau de maturação, excepcionalidade que possam ocorrer na unidade escolar e intercorrências com as entregas.

Resolução do FNDE N°06 de 08 de Maio de 2020.

Art. 18 Os cardápios devem ser planejados para atender, em média, as necessidades nutricionais estabelecidas na forma do disposto no Anexo IV desta resolução, sendo de:
§ 8º É proibida a oferta de alimentos ultraprocessados e a adição de açúcar, mel e adoçante nas preparações culinárias e bebidas para as crianças até três anos de idade, conforme orientações do FNDE.

MUNICÍPIO DE SENGÉS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



CARDÁPIO JUNHO CRECHE II e PRÉ
CENTRO DE EDUCAÇÃO INFANTIL - LYGIA
MARA
2024

Junho	Kcal	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	Vit. C (mg)	Vit. A (mcg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
Média Semana 1	693	90	28,74	25,8	25,94	227	356	4,28
Média Semana 2	681	87,82	27,58	25,82	29,04	218,6	229,4	5,14
Média Semana 3	700	97,84	27,08	23,8	25	219,9	262,5	5,04
Média Semana 4	700	92	28,8	25,8	24,66	237,5	268	3,96
Média Mensal	693	91,91	28	25,30	26,16	225,75	278,75	4,60

REFERÊNCIA: TABELAS TACO, TUCUNDUVA, TBCA OU DIRETAMENTE COM TABELA NUTRICIONAL DO ALIMENTO.

Nutricionista Responsável Técnico (RT):
JÚLIO APARECIDO LEITE DA ROSA MELO
CRN 8 17043/P

Júlio Melo
Nutricionista
CRN 8 17043/P

Nutricionista Quadro Técnico (QT):
GISELE MARTINS DOS SANTOS
CRN 8 16124/P

Gisele Martins dos Santos
Nutricionista
CRN 8 16124/P

NUTRIESCOLASENGES@GMAIL.COM