



CARDÁPIO CRECHE – SETEMBRO 2025

	Segunda 01/09		Terça 02/09		Quarta 03/09		Quinta 04/09		Sexta 05/09	
Café da Manhã 7h30	Leite + Pão Francês com Manteiga		Leite + Torradinha		Mingau de Aveia com Banana e Canela		Leite + Bolo de Maçã		Vitamina de Mamão com Banana	
Bebê/Fruta	Leite e/ou Fruta/Maçã		Leite e/ou Fruta/Abacaxi		Leite e/ou Fruta/Banana		Leite e/ou Fruta/Maçã		Leite e/ou Fruta/Mamão	
Almoço /Maiores 10h00	Arroz/Feijão/Omelete de Forno com Cenoura e Tomate e Abobrinha		Arroz/Pernil com Batata, Cenoura e Ervilha		Macarrão à Bolonhesa		Arroz/Feijão/Ensopado de frango com Legumes		Estrogonofe de Frango/Arroz e Batata Assada	
PAPA dos Bebês	Arroz Papa/ Feijão/Omelete de Forno com Legumes Amassados		Arroz Papa/ Pernil com Legumes Amassados (+caldo)		Macarrão à Bolonhesa (+caldo)		Arroz Papa/ Feijão / Ensopado de Frango com legumes Amassados		Arroz Papa/ Caldo de Estrogonofe e Batata Amassada	
Salada	Tomate		Repolho		Beterraba		Alface		Pepino	
Lanche 14h00 OU Sopa			Torta de Frango com Legumes				Bolo de Banana e Aveia + Leite			
	Sopa de Macarrão com Carne e Legumes		Caldo de Mandioca com Cenoura		Polenta à Jardineira		Ou Sopa de Feijão		Canja de Galinha com Legumes	
Fruta Sobremesa 16h00	Laranja		Banana		Maçã		Laranja		Maçã	
Composição nutricional (média semanal)		Energia (Kcal)	PTN (g)	LIP (mg)	CHO (g)	Ca (mg)	Fe (mg)	Vit A (mg)	Vit C (mg)	
7 a 11 meses		519	18	10	66	109	3	239	31	
1 a 3 anos		775	26	15	99	163	4	356		

*Leite de Vaca ou fórmula sem adição de açúcar – MENORES DE 3 ANOS NÃO CONSOMEM AÇÚCAR DE ADIÇÃO NA CRECHE

- **Cardápio sujeito à alterações de acordo com a entrega de nossos fornecedores, sazonalidade das frutas, verduras e legumes.**
- Essas alterações podem ser feitas pelo Nutricionista
- *Legumes: Batata, Cenoura, Chuchu ou Abobrinha, Vagem...
- **ATENÇÃO:** Almoço dos Menores mesmo dos maiores, mais cozido, mais suculento. A carne deve ser bem cozida.
- **IMPORTANTE:** Se não tiver na sua unidade a carne, o legume ou a fruta descrita, vocês podem substituir por outro do mesmo grupo.
- **IMPORTANTE 2:** Use primeiro as frutas e legumes que perdem mais rápido.
- **Variar as sopas de acordo com o cardápio**

SOBRE FRUTAS: A oferta deve ser de acordo com as orientações da legislação repassadas pelas nutricionistas e descrita em informativo

Adriana Frasco Barbosa
Nutricionista
CRN 13012

Helena Cristina Lopes
Nutricionista
CRN 13812



CARDÁPIO CRECHE – SETEMBRO 2025

	Segunda 08/09		Terça 09/09		Quarta 10/09		Quinta 11/09		Sexta 12/09	
Café da Manhã 7h30	Leite + Pão Francês		Leite + Torradinha		Vitamina de Morango, Banana e Aveia		logurte de Inhame com Mamão e Banana		Leite + Pão Sovado com Requeijão de Inhame	
BebêFruta	Leite e/ou Fruta/Banana		Leite ou Fruta/Maçã		Leite e/ou Fruta/Mamão		Leite e/ou Fruta/Banana		Leite e/ou Fruta/Laranja	
Almoço /Maiores 10h00	Arroz/Feijão Preto/Viradinho de Ovos com Cenoura		Macarrão de panela de pressão com Cenoura e Milho/ Carne Moída		Arroz/Feijão/Purê de Batata com Frango		Polenta à Bolonhesa/Feijão		Arroz/Feijão/ Quibe assado com queijo	
PAPA dos Bebês	Arroz Papa/ Feijão Preto/Viradinho de Ovos com legumes Amassados		Macarrão de Panela de pressão com Legumes, Carne moída (+ caldo)		Arroz Papa/ Feijão/ Frango com Purê de batata		Polenta à Bolonhesa com Feijão		Arroz Papa/Feijão/ Quibe Amassado	
Salada	Tomate		Alface		Tomate		Pepino		Cenoura	
Lanche 14h00 OU Sopa			Bolo de Trigo + Leite						Pão com Mussarela e Tomate assado	
	Sopa de macarrão com Frango e legumes		Escaldado de farinha de Milho com Ovos e Couve		Canja de galinha com Legumes		Canjiquinha com Legumes e Pernil		Sopa de Lentilha com Linguiça e Legumes	
Fruta Sobremesa 16h00	Laranja		Abacaxi		Maçã		Salada de frutas		Banana	
Composição nutricional (média semanal)		Energia (Kcal)	PTN (g)	LIP (mg)	CHO (g)	Ca (mg)	Fe (mg)	Vit A (mg)	Vit C (mg)	
7 a 11 meses		519	18	10	66	109	3	239	31	
1 a 3 anos		775	26	15	99	163	4	356		

*Leite de Vaca ou fórmula sem adição de açúcar – MENORES DE 3 ANOS NÃO CONSOMEM AÇÚCAR DE ADIÇÃO NA CRECHE

- **Cardápio sujeito à alterações de acordo com a entrega de nossos fornecedores, sazonalidade das frutas, verduras e legumes.**
- Essas alterações podem ser feitas pelo Nutricionista
- ***Legumes:** Batata, Cenoura, Chuchu ou Abobrinha, Vagem...
- **ATENÇÃO:** Almoço dos Menores mesmo dos maiores, mais cozido, mais suculento. A carne deve ser bem cozida.
- **IMPORTANTE:** Se não tiver na sua unidade a carne, o legume ou a fruta descrita, vocês podem substituir por outro do mesmo grupo.
- **IMPORTANTE 2:** Use primeiro as frutas e legumes que perdem mais rápido.
- **Variar as sopas de acordo com o cardápio**
- **SOBRE FRUTAS:** A oferta deve ser de acordo com as orientações da legislação repassadas pelas nutricionistas e descrita em informativo.

Renata Fátima Barbosa
Nutricionista
CRN-1308

Helena Cristina Lopes
Nutricionista
CRN-13012



CARDÁPIO CRECHE – SETEMBRO 2025

	Segunda 15/09		Terça 16/09		Quarta 17/09		Quinta 18/09		Sexta 19/09	
Café da Manhã 7h30	Leite + Pão Francês		Leite + Torradinha		Vitamina Abacate		Iogurte de Banana		Leite + Bolo de Banana Com Aveia	
Bebê/Fruta	Leite e/ou Fruta/Abacate		Leite e/ou Fruta/Banana		Leite e/ou Fruta/Maçã		Leite e/ou Fruta/Mamão		Leite e/ou Fruta/Laranja	
Almoço /Maiores 10h00	Arroz/ Feijão/Ovos Gratinados com Batata Refogada		Macarrão com Molho Branco, Ervilha e Frango Desfiado		Farofão de Arroz com Ovos e Pernil/ Feijão		Arroz/Feijão/Carne Moída com Legumes		Macarrão com Molho de Frango e Cenoura	
PAPA dos Bebês	Arroz Papa/ Feijão/Ovos Mexidos com Batata Amassada		Macarrão com Ervilha, Frango Desfiado (+caldo)		Arroz Papa, Feijão com Pernil Desfiado		Papa de Arroz/Feijão/ Carne Moída com Legumes Amassados		Macarrão com Molho de Frango e Cenoura (+caldo)	
Salada	Beterraba		Alface		Repolho		Tomate		Alface	
Lanche 14h00 OU Sopa			Pão com Frango e Legumes				Pão de Queijo/Suco de Maracujá			
	Galinhada com arroz Papa		Sopa de Ervilha com batata e frango		Polenta à Bolonhesa/Feijão		Sopa de Macarrão com Legumes e carne		Risoto de Frango com Cenoura	
Fruta Sobremesa 16h00	Laranja		Maçã		Manga		Banana		Abacaxi	
Composição nutricional (média semanal)		Energia (Kcal)	PTN (g)	LIP (mg)	CHO (g)	Ca (mg)	Fe (mg)	Vit A (mg)	Vit C (mg)	
7 a 11 meses		519	18	10	66	109	3	239	31	
1 a 3 anos		775	26	15	99	163	4	356		

*Leite de Vaca ou fórmula sem adição de açúcar – MENORES DE 3 ANOS NÃO CONSOMEM AÇÚCAR DE ADIÇÃO NA CRECHE

- **Cardápio sujeito à alterações de acordo com a entrega de nossos fornecedores, sazonalidade das frutas, verduras e legumes.**
- Essas alterações podem ser feitas pelo Nutricionista
- ***Legumes:** Batata, Cenoura, Chuchu ou Abobrinha, Vagem...
- **ATENÇÃO:** Almoço dos Menores mesmo dos maiores, mais cozido, mais suculento. A carne deve ser bem cozida.
- **IMPORTANTE:** Se não tiver na sua unidade a carne, o legume ou a fruta descrita, vocês podem substituir por outro do mesmo grupo.
- **IMPORTANTE 2:** Use primeiro as frutas e legumes que perdem mais rápido.
- **Variar as sopas de acordo com o cardápio**
- **SOBRE FRUTAS:** A oferta deve ser de acordo com as orientações da legislação repassadas pelas nutricionistas e descrita em informativo.

Helien Cristina Lopes
Nutricionista
CRN 13812

Rosalia Franco Barbosa
Nutricionista
CRN 1308



CARDÁPIO CRECHE – SETEMBRO 2025

	Segunda 22/09		Terça 23/09		Quarta 24/09		Quinta 25/09		Sexta 26/09	
Café da Manhã 7h30	Leite + Pão Francês		Leite + Torradinha		Rosquinha Caseira + Leite com Cacau		Leite + Bolo Simples		Biscoito de Polvilho Caseiro + Leite com Café	
Bebê/Fruta	Leite e/ou Fruta/Banana		Leite e/ou Fruta/Laranja		Leite e/ou Fruta/Mamão		Leite e/ou Fruta/Maçã		Leite e/ou Fruta/Banana	
Almoço /Maiores 10h00	Arroz/ Feijão/Ovos Cozidos com Batata e Cenoura		Arroz/Virado de frango		Polenta à Jardineira		Arroz/Carne com Abóbora/ Lentilha		Arroz/Feijão Preto/Pernil com Mandioca	
PAPA dos Bebês	Arroz Papa/ Feijão/Ovos Mexidos com Cenoura Ralada		Arroz Papa/ Feijão/Virado de Frango Bem Molhadinho		Polenta bem Molinha com Legumes		Papa de Arroz/Lentilha/ Carne Desfiada com Abóbora		Papa de Arroz/Feijão/Pernil Desfiado com Mandioca	
Salada	Grão de Bico		Alface		Beterraba		Tomate		Pepino	
Lanche 14h00 OU Sopa			Bolo de Chocolate com Maçã/Leite com Banana				Enroladinho de Queijo/ Suco de Laranja			
	Sopa de Macarrão com Frango e Legumes		Risoto de Abóbora		Sopa Cremosa de batata e Cenoura		Sopa de Trigo com Carne e Legumes		Arroz com Creme de Milho e Frango	
Fruta Sobremesa 16h00	Maçã		Manga		Banana		Laranja		Abacaxi	
Composição nutricional (média semanal)		Energia (Kcal)	PTN (g)	LIP (mg)	CHO (g)	Ca (mg)	Fe (mg)	Vit A (mg)	Vit C (mg)	
7 a 11 meses		519	18	10	66	109	3	239	31	
1 a 3 anos		775	26	15	99	163	4	356		

*Leite de Vaca ou fórmula sem adição de açúcar – MENORES DE 3 ANOS NÃO CONSOMEM AÇÚCAR DE ADIÇÃO NA CRECHE


- **Cardápio sujeito à alterações de acordo com a entrega de nossos fornecedores, sazonalidade das frutas, verduras e legumes.**
- Essas alterações podem ser feitas pelo Nutricionista
- ***Legumes:** Batata, Cenoura, Chuchu ou Abobrinha, Vagem...
- **ATENÇÃO:** Almoço dos Menores mesmo dos maiores, mais cozido, mais suculento. A carne deve ser bem cozida.
- **IMPORTANTE:** Se não tiver na sua unidade a carne, o legume ou a fruta descrita, vocês podem substituir por outro do mesmo grupo.
- **IMPORTANTE 2:** Use primeiro as frutas e legumes que perdem mais rápido.
- **Variar as sopas de acordo com o cardápio**

Helena Cristina Lopes
Nutricionista
CRN 13817

Regina Frazão Barbosa
Nutricionista
CRN 1308

- **SOBRE FRUTAS:** A oferta deve ser de acordo com as orientações da legislação repassadas pelas nutricionistas e descrita em informativo.



	Segunda 29/09		Terça 30/09		Quarta 01/10		Quinta 02/10		Sexta 03/10	
Café da Manhã 7h30	Leite + Pão Francês		Leite + Torradinha							
Bebê/Fruta	Leite e/ou Fruta/Banana		Leite e/ou Fruta/Mamão							
Almoço /Maiores 10h00	Arroz/ Feijão/Omelete de Forno com Cenoura e Tomate		Arroz/Feijão/Almôndegas ao Molho							
PAPA dos Bebês	Arroz Papa/ Feijão/Ovos Mexidos com Tomate		Arroz Papa Feijão/Almôndegas com Molho							
Salada	Beterraba		Cenoura							
Lanche 14h00 OU Sopa			Pão de Leite/ Leite com Morango							
	Polenta com Molho de Carne		Canjiquinha com Legumes e Pernil							
Fruta Sobremesa 16h00	Laranja		Maçã							
Composição nutricional (média semanal)		Energia (Kcal)	PTN (g)	LIP (mg)	CHO (g)	Ca (mg)	Fe (mg)	Vit A (mg)	Vit C (mg)	
7 a 11 meses		512	18	10	66	109	3	239	31	
1 a 3 anos		769	26	15	99	163	4	356		

CARDÁPIO CRECHE – SETEMBRO 2025

*Leite de Vaca ou fórmula sem adição de açúcar – MENORES DE 3 ANOS NÃO CONSOMEM AÇÚCAR DE ADIÇÃO NA CRECHE

- **Cardápio sujeito à alterações de acordo com a entrega de nossos fornecedores, sazonalidade das frutas, verduras e legumes.**
- Essas alterações podem ser feitas pelo Nutricionista
- ***Legumes:** Batata, Cenoura, Chuchu ou Abobrinha, Vagem...
- **ATENÇÃO:** Almoço dos Menores mesmo dos maiores, mais cozido, mais suculento. A carne deve ser bem cozida.
- **IMPORTANTE:** Se não tiver na sua unidade a carne, o legume ou a fruta descrita, vocês podem substituir por outro do mesmo grupo.
- **IMPORTANTE 2:** Use primeiro as frutas e legumes que perdem mais rápido.
- **Variar as sopas de acordo com o cardápio**
- **SOBRE FRUTAS:** A oferta deve ser de acordo com as orientações da legislação repassadas pelas nutricionistas e descrita em informativo.

Helena Cristina Lopes
Nutricionista
CRN 13812

Adriana Frazão Barbosa
Nutricionista
CRN 1308