



## CARDÁPIO CRECHE – OUTUBRO 2025

	Segunda		Terça		Quarta 01/10		Quinta 02/10		Sexta 03/10	
Café da Manhã 7h30					Salada de Frutas		Pão de Abóbora com Queijo/ Leite		Bolo de Banana	
Bebê/Fruta					Leite e/ou Fruta/Laranja		Leite e/ou Fruta/Banana		Leite e/ou Fruta/Maçã	
Almoço /Maiores 10h00					Galinhada com Tutu de Feijão		Arroz Temperado com Legumes e Frango/ Feijão com Abóbora Madura		Estrogonofe de Frango/Arroz e Batata Assada	
PAPA dos Bebês					Galinhada com Arroz Papa/Feijão		Arroz Papa/ Feijão com Abóbora / Legumes Amassados		Arroz Papa/ Caldo de Estrogonofe e Batata Amassada	
Salada					Tomate		Pepino		Beterraba	
Lanche 14h00 OU Sopa							Enroladinho de Queijo/ Suco de Laranja			
					Sopa Cremosa de Batata e Cenoura		Sopa de Macarrão com Legumes e Carne		Canja de Galinha com Legumes	
Fruta Sobremesa 16h00					Banana		Mamão		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

Nutricionista  
 CRN-1308

Nutricionista  
 CRN-13012



### CARDÁPIO CRECHE – OUTUBRO 2025

	Segunda 06/10		Terça 07/10		Quarta 08/10		Quinta 09/10		Sexta 10/10	
Café da Manhã 7h30	Café com Leite + Pão Francês		Leite + Torradinha		Mingau de Aveia com Banana e Cacau		iogurte de Inhame com Mamão e Banana		Leite + Pão Sovado com Requeijão de Inhame	
Bebê/Fruta	Leite e/ou Fruta/Banana		Leite ou Fruta/Maçã		Leite e/ou Fruta/Mamão		Leite e/ou Fruta/Banana		Leite e/ou Fruta/Abacaxi	
Almoço /Maiores 10h00	Arroz/Feijão/ Ovos Mexidos com Cenoura		Arroz/ Feijão/ Carne Moída com Legumes		Arroz de Forno com Frango e Legumes		Macarrão à Bolonhesa		Arroz/Feijão Tropeiro com Couve e Pernil	
PAPA dos Bebês	Arroz Papa/ Feijão/ Ovos Mexidos com Cenoura Ralada		Arroz Papa/ Feijão/ Carne moída com Legumes Amassados		Arroz Papa com Frango e Legumes (+caldo)		Macarronada à Bolonhesa		Arroz Papa/Tutu de Feijão com Couve/ Pernil Desfiado	
Salada	Alface		Chicória		Grão de Bico		Cenoura Ralada		Tomate	
Lanche 14h00 OU			Rosca Caseira com Uva Passas/ Suco de Maracujá				iogurte com Cacau/ Biscoito de Polvilho Caseiro			
Sopa	Sopa de macarrão com Carne e legumes		Canja de Galinha com Legumes		Escaldado de Farinha de Milho com Ovos e Couve		Galinhada com Arroz Papa		Sopa de Mandioquinha	
Fruta Sobremesa 16h00	Laranja		Banana		Maçã		Abacaxi		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.

Neuza Fátima Barbosa  
Nutricionista  
CRN 13812

Helena Cristina Lopes  
Nutricionista  
CRN 13812



### CARDÁPIO CRECHE – OUTUBRO 2025

	Segunda 13/10		Terça 14/10		Quarta 15/10		Quinta 16/10		Sexta 17/10	
Café da Manhã 7h30	Leite + Pão Francês		Leite + Torradinha		Vitamina Abacate		Iogurte de Banana		RECESSO	
Bebê/Fruta	Leite e/ou Fruta/Abacate		Leite e/ou Fruta/Banana		Leite e/ou Fruta/Maçã		Leite e/ou Fruta/Mamão		RECESSO	
Almoço /Maiores 10h00	Arroz/ Feijão/Ovos Cozidos com Batata Cremosa		Polenta à Bolonhesa		Arroz/ Virado de Frango Com Legumes		Macarrão com Molho de Salsicha		RECESSO	
PAPA dos Bebês	Arroz Papa/ Feijão/Purê de Ovos com Batata Cremosa		Polenta Molinha com Carne Moída		Arroz Papa/ Virado de Frango Molinho com Legumes Amassados		Macarrão com Salsicha (+caldo)		RECESSO	
Salada	Tomate		Alface		Chicória		Pepino			
Lanche 14h00 OU Sopa					Pão de Queijo/ Suco de Laranja				RECESSO	
	Sopa de Macarrão com Legumes e Frango		Caldo de Feijão com Linguíça e Legumes		Caldo de Mandioca com Carne de Panela		Canjiquinha com Legumes e Pernil		RECESSO	
Fruta Sobremesa 16h00	Laranja		Maçã		Banana		Mamão		RECESSO	
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.

Helene Cristina Lopes  
Nutricionista  
CRN 13812

Regina Fátima Barbosa  
Nutricionista  
CRN 1308



### CARDÁPIO CRECHE – OUTUBRO 2025

	Segunda 20/10		Terça 21/10		Quarta 22/10		Quinta 23/10		Sexta 24/10	
Café da Manhã 7h30	Leite + Pão Francês		Leite + Torradinha		Vitamina de Banana com Cacau		Bolo de Maçã com Cacau		Pão de aveia/ Suco de Maracujá	
Bebê/Fruta	Leite e/ou Fruta/Maçã		Leite e/ou Fruta/Mamão		Leite e/ou Fruta/Morango		Leite e/ou Fruta/Banana		Leite e/ou Fruta/Abacaxi	
Almoço /Maiores 10h00	Arroz/ Feijão Preto/ Omelete de Forno com Tomate e Legumes		Macarrão com Molho de Frango e Cenoura		Arroz/ Feijoadade com Pernil e Linguiça/ Couve Refogada		Arroz/Creme de Milho com Ervilha/ Sobre coxa Assada		Arroz/Escondidinho de Batata com Carne Moída/ Couve-Flor	
PAPA dos Bebês	Arroz Papa/ Feijão Preto/ Ovos Mexidos com Tomate e Legumes		Macarrão com molho de Frango (+caldo)		Arroz Papa/ Feijão Preto com Pernil Desfiado/ Couve Picadinha		Papa de Arroz/Creme de Milho/ Ervilha/ Frango Desfiado		Papa de Arroz/Escondidinho de Batata com Carne Moída	
Salada	Beterraba		Alface		Tomate		Batata		Cenoura	
Lanche 14h00 OU Sopa			Bolo de Fubá/ Leite com Café						Pão com Molho de Carne/ Suco de Laranja	
	Risoto de Frango com Cenoura		Canja de Galinha com Legumes		Sopa de Macarrão com Carne e Legumes		Canjiquinha com Pernil e Legumes		Polenta à Bolonhesa	
Fruta Sobremesa 16h00	Laranja		Banana		Abacaxi		Maçã		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.

Helena Cristina Lopes  
Nutricionista  
CRN 13812

Regina Fátima Barbosa  
Nutricionista  
CRN 1308



## CARDÁPIO CRECHE – OUTUBRO 2025

	Segunda 27/10		Terça 28/10		Quarta 29/10		Quinta 30/10		Sexta 31/10	
Café da Manhã 7h30	Leite + Pão Francês		Leite + Torradinha		Bolo de Banana com Cacau/ Leite		Pão Caseiro com Manteiga/Café		iogurte com Morango	
Bebê/Fruta	Leite e/ou Fruta/Banana		Leite e/ou Fruta/Maçã		Leite e/ou Fruta/Mamão		Leite e/ou Fruta Abacaxi		Leite e/ou Fruta/Banana	
Almoço /Maiores 10h00	Arroz/ Feijão/Omelete de Forno com Cenoura e Tomate		Arroz/Feijão/Almôndegas ao Molho		Macarronada com Molho Branco e Frango desfiado, Ervilha		Polenta à Jardineira		Arroz/ Feijão/Frango ensopado com Legumes	
PAPA dos Bebês	Arroz Papa/ Feijão/Ovos Mexidos com Tomate		Arroz Papa Feijão/Almôndegas com Molho		Macarrão com Molho branco/ Frango Desfiado, Ervilha Amassada (+caldo)		Polenta Molinha à Jardineira		Arroz Papa/Feijão/ Frango Ensopado com Legumes Amassados	
Salada	Beterraba		Cenoura		Couve-Flor		Alface		Tomate	
Lanche 14h00 OU Sopa			Bolo de Cenoura com Calda de Cacau/ Suco de Maracujá				Enroladinho de Salsicha/ Suco de Morango			
	Caldo de Ervilha, Batata e Linguça		Sopa de Lentilha com Cenoura e Carne		Sopa de Inhame com Carne		Canja de Galinha com Legumes		Sopa Cremosa de mandioquinha com Frango Desfiado	
Fruta Sobremesa 16h00	Maçã		Laranja		Abacaxi		Banana		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		

\*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 Fátima Barbosa  
Nutricionista  
CRN 13812