



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			Galinha com Tutu de Feijão		Arroz Temperado com Legumes e Frango/ Feijão com Abóbora Madura		Estrogonofe de Frango/Arroz e Batata Assada	
PAPA dos Bebês			Galinha 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			
Fruta Sobremesa 16h00			Sopa Cremosa de Batata e Cenoura		Sopa de Macarrão com Legumes e Carne		Canja de Galinha com Legumes	
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 CONSUMEM 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

África Flávio Barros
Nutricionista
CRN-1308

Halim Cristina Lopes
Nutricionista
CRN-13812



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		Galinha 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 CONSUMEM 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
 Helen Cristina Lopes
 CRN-13812


 Nutricionista
 Helen Cristina Lopes
 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 Linguiça 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 CONSUMEM 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.


 Heloána Cristina Lopes
 Nutricionista
 CRN-13812


 Ana Lucia Fraga Batista
 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/ Feijoada 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 CONSUMEM 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.**

Hellen Cristina Lopes
Nutricionista
CRN8 13812

Ágatha Prado Barros
Nutricionista
CRN8 13008



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 Linguiça	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.**


 Heloisa Crislina Lages
 Nutricionista
 CRN 13817


 Renata Franco Barbosa
 Nutricionista
 CRN 1308