



CARDÁPIO DEZEMBRO CRECHE I
CENTRO DE EDUCAÇÃO INFANTIL – LYGIA
2024



MUNICÍPIO DE SENGÉS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	02/12	03/12	04/12	05/12	06/12
CAFÉ DA MANHÃ – 08:00h	Papinha de pão francês com leite	Papinha de pão dog com leite	Papinha de pão francês com leite	Bolo de fubá Chá	Papinha de pão dog com leite
ALMOÇO - 10:00h	Arroz/feijão com caldo Macarrão c/ carne moída Abobrinha refogada	Arroz/feijão com caldo Frango ao molho Purê de batata Brócolis	Arroz/feijão com caldo Quirera com Pernil suíno Beterraba	Arroz com milho/feijão com caldo Almôndegas ao molho Polenta Salada de alface e tomate	Arroz/feijão com caldo Carne em iscas ao molho com mandioca e Pimentão Repolho picadinho
COLAÇÃO – 13:00h	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira
LANCHE DA TARDE- 14:30h	Papinha de pão francês com leite	Mingau de chocolate + banana	Papinha de pão francês com leite	Bolo de fubá Chá	Mingau de aveia





**CARDÁPIO DEZEMBRO CRECHE I
CENTRO DE EDUCAÇÃO INFANTIL – LYGIA
2024**



MUNICÍPIO DE SENGÉS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	09/12	10/12	11/12	12/12	13/12
CAFÉ DA MANHÃ – 08:00h	Papinha de pão dog com leite	Mingau de aveia	Papinha de pão dog com leite	Torta de frango Chá de ervas (camomila, erva doce, hortelã)	Papinha de pão francês com leite
ALMOÇO - 10:00h	Arroz/feijão com caldo Macarrão c/ carne moída e milho Legumes refogados	Arroz/feijão com caldo Pernil Suíno Cenoura e chuchu refogados	Arroz/feijão com caldo Frango ao molho Polenta Beterraba cozida	Arroz/feijão com caldo Carne em iscas com batata e pimentão	Arroz/feijão com caldo Almôndegas ao molho Polenta Abobrinha refogada
COLAÇÃO – 13:00h	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira
LANCHE DA TARDE- 14:30h	Papinha de pão dog com leite	Mingau de aveia	Papinha de pão dog com leite	Torta de frango Chá de ervas (camomila, erva doce, hortelã)	Mingau de chocolate





**CARDÁPIO DEZEMBRO CRECHE I
CENTRO DE EDUCAÇÃO INFANTIL – LYGIA
2024**



MUNICÍPIO DE SENGÉS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

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)
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 Cálcio (2011). *Para uso de referência dessa resolução, usou-se faixa de carboidrato de 55% a 65% do Valor Energético Total da Dieta (VET).

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.

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.

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.





**CARDÁPIO DEZEMBRO CRECHE I
CENTRO DE EDUCAÇÃO INFANTIL – LYGIA
2024**



MUNICÍPIO DE SENGÉS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

Dezembro	Kcal	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	Vit. C (mg)	Vit. A (mcg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
Média Semana 1	601	86.7	31.3	15.9	28.2	136	288	3.7
Média Semana 2	536	77.6	30.4	13.08	29	143	272	3.5
Média Semana 3								
Média Semana 4								
Média Semana 5								

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

