



**CARDÁPIO DEZEMBRO CRECHE II e PRÉ
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	Pão francês com manteiga Achocolatado 50% cacau	Pão dog com requeijão Chá	Pão Francês com patê de frango Achocolatado 50% cacau	Bolo de fubá Chá	Pão dog com margarina Achocolatado 50% cacau
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	Maçã	Ameixa	Banana	Pêssego	Melancia
LANCHE DA TARDE- 14:30h	Pão francês com manteiga Chá	Mingau de chocolate + banana	Pão Francês com patê de frango Suco de Fruta (laranja ou maracujá)	Bolo de fubá Chá	Pão dog com margarina Suco de Fruta (laranja ou maracujá)





**CARDÁPIO DEZEMBRO CRECHE II e PRÉ
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	Pão dog com manteiga Achocolatado 50% cacau	Pão francês com margarina Chá	Pão dog com requeijão Achocolatado 50% cacau	Torta de frango Chá	Pão francês com margarina Chá
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 Purê de batata 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	Banana	Pêssego	Melancia	Ameixa	Maçã
LANCHE DA TARDE- 14:30h	Pão dog com manteiga Achocolatado 50% cacau	Pão francês com carne moída Suco de Fruta (laranja ou maracujá)	Pão dog com requeijão Achocolatado 50% cacau	Torta de frango Suco de Fruta (laranja ou maracujá)	Mingau de chocolate





**CARDÁPIO DEZEMBRO CRECHE II e PRÉ
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 Vitamin 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 II e PRÉ
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	653	96.5	32.9	16.8	42.2	91.4	189.5	4.4
Média Semana 2	574	83.9	38.9	14.3	29.4	132.4	207	4
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

