

**MUNICÍPIO DE SENGÉS**  
**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO**  
**SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR**



**CARDÁPIO FEVEREIRO CRECHE II e PRÉ**  
**CENTRO DE EDUCAÇÃO INFANTIL - LYGIA**  
**2025**

REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	03/02	04/02	05/02	06/02	07/02
<b>CAFÉ DA MANHÃ – 08:00h</b>	<b>Pão dog com manteiga Chá</b>	<b>Pão francês com requeijão Achocolatado 50% cacau</b>	<b>Pão dog com margarina Achocolatado 50% cacau</b>	<b>Bolo de fubá Chá</b>	<b>Pão francês com margarina Achocolatado 50% cacau</b>
<b>ALMOÇO - 10:00h</b>	<b>Arroz/feijão com caldo Almôndegas ao molho Beterraba Repolho refogado</b>	<b>Arroz com milho/feijão com caldo Carne moída ao molho com batata Abobrinha refogada</b>	<b>Arroz /feijão com caldo Carne em iscas ao molho Purê de batata Brócolis refogado</b>	<b>Arroz/feijão com caldo Quirera com pernil suíno Beterraba cozida</b>	<b>Arroz/feijão com caldo Frango ao molho Polenta Couve- flor refogada</b>
<b>COLAÇÃO – 13:00h</b>	<b>Maçã</b>	<b>Manga</b>	<b>Melão</b>	<b>Banana</b>	<b>Mamão</b>
<b>LANCHE DA TARDE- 14:30h</b>	<b>Pão dog com manteiga Chá</b>	<b>Pão francês com requeijão Achocolatado 50% cacau</b>	<b>Pão dog com margarina Chá</b>	<b>Bolo de fubá Chá</b>	<b>Mingau de chocolate + banana</b>

**MUNICÍPIO DE SENGÉS**  
**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO**  
**SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR**



**CARDÁPIO FEVEREIRO CRECHE II e PRÉ**  
**CENTRO DE EDUCAÇÃO INFANTIL - LYGIA**  
**2025**

REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	10/02	11/02	12/02	13/02	14/02
<b>CAFÉ DA MANHÃ – 08:00h</b>	Pão Francês com requeijão Chá	Pão dog com margarina Achocolatado 50% cacau	Pão francês com manteiga Chá	Torta tradicional Chá	Pão dog com margarina Achocolatado 50% cacau
<b>ALMOÇO - 10:00h</b>	Arroz/feijão com caldo Almôndegas ao molho Salada de pepino e tomate	Arroz/feijão com caldo Pernil suíno cozido Chuchu refogado	Arroz/feijão com caldo Carne em iscas ao molho com mandioca e Cenoura Salada de alface	Arroz/feijão com caldo Frango ao molho Brócolis	Arroz/feijão com caldo Carne moída com batata Beterraba Cozida
<b>COLAÇÃO – 13:00h</b>	Banana	Maçã	Melão	Mamão	Manga
<b>LANCHE DA TARDE- 14:30h</b>	Pão Francês com requeijão Chá	Mingau de chocolate+banana	Pão francês com manteiga Chá	Torta tradicional Achocolatado 50% cacau	Pão dog com margarina Achocolatado 50% cacau

**MUNICÍPIO DE SENGÉS**  
**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO**  
**SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR**



**CARDÁPIO FEVEREIRO CRECHE II e PRÉ**  
**CENTRO DE EDUCAÇÃO INFANTIL - LYGIA**  
**2025**

REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	17/02	18/02	19/02	20/02	21/02
<b>CAFÉ DA MANHÃ – 08:00h</b>	Pão dog com manteiga Achocolatado 50% cacau	Pão francês com Requeijão Chá	Pão dog com margarina Achocolatado 50% cacau	Bolo Simples Chá	Pão dog com manteiga Achocolatado 50% cacau
<b>ALMOÇO - 10:00h</b>	Arroz/feijão com caldo Macarrão com atum Salada de alface e tomate	Arroz/feijão com caldo Carne em iscas com batata e pimentão	Arroz/feijão com caldo Quirera com carne de suína Abobrinha e cenoura refogadas	Arroz/feijão com caldo Frango ao molho Chuchu refogado	Arroz/feijão com caldo Carne moída ao molho com milho verde Beterraba cozida
<b>COLAÇÃO – 13:00h</b>	Maçã	Banana	Mamão	Melão	Manga
<b>LANCHE DA TARDE- 14:30h</b>	Pão dog com requeijão Achocolatado 50% cacau	logurte com cereal	Pão dog com margarina Suco de fruta (laranja ou maracujá)	Bolo Simples Chá	Mingau de aveia+banana

**MUNICÍPIO DE SENGÉS**  
**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO**  
**SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR**



**CARDÁPIO FEVEREIRO CRECHE II e PRÉ**  
**CENTRO DE EDUCAÇÃO INFANTIL - LYGIA**  
**2025**

REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	
	24/02	25/02	26/02	27/02	
<b>CAFÉ DA MANHÃ – 08:00h</b>	<b>Pão dog com margarina Chá</b>	<b>Pão francês com requeijão Achocolatado 50% cacau</b>	<b>Pão dog com requeijão Achocolatado 50% cacau</b>	<b>Torta tradicional Chá</b>	
<b>ALMOÇO - 10:00h</b>	<b>Arroz/feijão com caldo Carne moída refogada com batata e cenoura Salada de Alface e tomate</b>	<b>Arroz /feijão com caldo Carne em iscas Polenta Brócolis</b>	<b>Arroz/feijão com caldo Frango ao molho com milho Repolho refogado</b>	<b>Arroz/feijão com caldo Carne suína Salada de chuchu</b>	
<b>COLAÇÃO – 13:00h</b>	<b>Mamão</b>	<b>Manga</b>	<b>Banana</b>	<b>Melão</b>	
<b>LANCHE DA TARDE- 14:30h</b>	<b>Pão dog com margarina Chá</b>	<b>Mingau de aveia+banana</b>	<b>Pão dog com requeijão Achocolatado 50% cacau</b>	<b>Torta tradicional Chá</b>	



<b>Alunos com Restrições Alimentares:</b>	<b>Substituições:</b>	<b>Quantidade de Alunos:</b>
<b>Intolerância a Lactose</b>	Utilizar Leite Zero Lactose, Bolachinhas Zero Lactose e Iogurte Zero Lactose para preparações com Leite de Vaca. Pode servir alimentos feitos a partir de leite de vaca <b>desde que não contenham lactose.</b>	<b>4</b>
<b>APLV</b>	Substituir leite de vaca por <b>bebida vegetal de soja, amêndoas, coco ou castanha</b> , nas preparações como canjica, mingau, arroz doce, achocolatado ou qualquer outra que utilize leite. Substituir pão dog/doce pelo <b>pão francês</b> . Substituir requeijão por <b>margarina 100% vegetal</b> . <b>Bolo e torta</b> preparar receita especial <b>sem leite ou utilizar bebida vegetal</b> . Substituir os alimentos convencionais que possuem leite na composição pelas <b>versões sem leite ou veganas</b> como iogurte, flocos de milho, chocolate em pó, biscoito.	<b>3</b>
<b>APLV e OVO</b>	Substituir leite de vaca pelo <b>leite de soja, amêndoas, coco ou castanha</b> , nas preparações como canjica, mingau, arroz doce, achocolatado ou qualquer outra que utilize leite. Substituir pão dog/doce pelo <b>pão francês</b> . Substituir requeijão por <b>margarina 100% vegetal</b> . <b>Bolo e torta</b> receita especial <b>sem leite/ovo ou utilizar leite vegetal</b> . Substituir os alimentos convencionais que possuem leite e ovo na composição <b>pelas versões sem leite e ovo ou veganas</b> como iogurte, flocos de milho, chocolate em pó, biscoito. Não utilizar ovos nas preparações.	<b>1</b>
<b>APLV, GLÚTEN, SOJA E OVO</b>	Substituir leite de vaca pelo <b>leite de amêndoas, arroz, coco ou castanha (menos de soja)</b> , nas preparações como canjica, mingau, arroz doce, sopa de pão/bolacha, achocolatado ou qualquer outra que utilize leite. <b>Substituir pão</b> e outros alimentos que contenham glúten (trigo e outros) por tapioca, cuscuz, biscoito de arroz, biscoito, pão e bolo sem glúten. <b>Bolo e torta</b> receita especial <b>sem leite, ovo e trigo</b> . Oferecer macarrão e cereal sem glúten. Pode consumir aveia, farinha de milho, quirera, fubá sem glúten. Prestar atenção no rótulo dos alimentos.	<b>1</b>

**MUNICÍPIO DE SENGÉS**  
**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO**  
**SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR**



**CARDÁPIO FEVEREIRO CRECHE II e PRÉ**  
**CENTRO DE EDUCAÇÃO INFANTIL - LYGIA**  
**2025**

**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)
			55% a 65% do VET	10 % a 15% do VET	25% a 35% do VET				
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 Calcio (2011). \*Para uso de referência dessa resolução, usou-se faixa de carboidrato de 55% a 65% do Valor Energético Total da Dieta (VET).

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.

**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.

**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.

**MUNICÍPIO DE SENGÉS**  
**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO**  
**SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR**



**CARDÁPIO FEVEREIRO CRECHE II e PRÉ**  
**CENTRO DE EDUCAÇÃO INFANTIL - LYGIA**  
**2025**

<b>Fevereiro</b>	<b>Kcal</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LIP (g)</b>	<b>Vit. C (mg)</b>	<b>Vit. A (mcg)</b>	<b>Cálcio (mg)</b>	<b>Ferro (mg)</b>
<b>Média Semana 1</b>	<b>625</b>	<b>92.4</b>	<b>24.5</b>	<b>19.7</b>	<b>55.8</b>	<b>170.1</b>	<b>320.6</b>	<b>4.3</b>
<b>Média Semana 2</b>	<b>589</b>	<b>88.82</b>	<b>33.6</b>	<b>21.2</b>	<b>37.8</b>	<b>149</b>	<b>186.3</b>	<b>4.44</b>
<b>Média Semana 3</b>	<b>623</b>	<b>94</b>	<b>30.8</b>	<b>15.5</b>	<b>43.1</b>	<b>153.6</b>	<b>206</b>	<b>5.37</b>
<b>Média Semana 4</b>	<b>532</b>	<b>77.05</b>	<b>31.8</b>	<b>12.3</b>	<b>22.3</b>	<b>153.5</b>	<b>186.5</b>	<b>4.3</b>
<b>Média Semana 5</b>	<b>515</b>	<b>75.2</b>	<b>24</b>	<b>14.8</b>	<b>33.8</b>	<b>108.9</b>	<b>224.8</b>	<b>3.78</b>

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  
CRN8 16124/P  


[NUTRIESCOLASENGES@GMAIL.COM](mailto:NUTRIESCOLASENGES@GMAIL.COM)