

MUNICÍPIO DE SENGÉS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



CARDÁPIO MARÇO CRECHE I
CENTRO DE EDUCAÇÃO INFANTIL – LYGIA MARA
2025

REFEIÇÃO				QUINTA	SEXTA
				06/03	07/03
CAFÉ DA MANHÃ – 08:00h				Papinha de pão dog com leite	Papinha de pão francês com leite
ALMOÇO - 10:00h				Arroz /feijão com caldo Carne em iscas Polenta Brócolis	Arroz/feijão com caldo Arroz/feijão com caldo Frango ao molhocombatata e cenoura Beterraba cozida
COLAÇÃO – 13:00h				Mamadeira	Mamadeira
LANCHE DA TARDE- 14:30h				Mingau de aveia	Papinha de pão francês com leite



[@merendaescolarsenges](https://www.instagram.com/merendaescolarsenges)

MUNICÍPIO DE SENGÉS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



CARDÁPIO MARÇO CRECHE I
CENTRO DE EDUCAÇÃO INFANTIL – LYGIA MARA
2025

REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	10/03	11/03	12/03	13/03	14/03
CAFÉ DA MANHÃ – 08:00h	Papinha de pão dog com leite	Papinha de pão dog com leite	Papinha de pão francês com leite	Torta tradicional de frango Chá de ervas (camomila, erva doce, hortelã)	Papinha de pão dog com leite
ALMOÇO - 10:00h	Arroz com milho/feijão com caldo Almôndegas ao molho Purê de batata Abobrinha refogada	Arroz /feijão com caldo Quirera com pernil suíno Brócolis refogado	Arroz/feijão com caldo Carne em iscas ao molho com mandioca Beterraba cozida	Arroz/feijão com caldo Frango ao molho Polenta Couve- flor refogada	Arroz/feijão com caldo Carne moída ao molho com batata Cenoura refogada
COLAÇÃO – 13:00h	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira
LANCHE DA TARDE- 14:30h	Papinha de pão dog com leite	Mingau de aveia+banana	Papinha de pão francês com leite	Torta tradicional de frango Chá de ervas (camomila, erva doce, hortelã)	Papinha de pão dog com leite



[@merendaescolarsenges](https://www.instagram.com/merendaescolarsenges)

MUNICÍPIO DE SENGÉS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



CARDÁPIO MARÇO CRECHE I
CENTRO DE EDUCAÇÃO INFANTIL – LYGIA MARA
2025

REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	17/03	18/03	19/03	20/03	21/03
CAFÉ DA MANHÃ – 08:00h	Papinha de Pão dog com leite	Papinha de pão francês com leite	Papinha de Pão dog com leite	Bolo de fubá Chá de ervas (camomila, erva doce, hortelã)	Papinha de pão francês com leite
ALMOÇO - 10:00h	Arroz/feijão com caldo Macarrão com atum Cenoura refogada	Arroz/feijão com caldo Carne moída com chuchu	Arroz/feijão com caldo Pernil suíno cozido com pimentão	Arroz/feijão com caldo Frango ao molho Brócolis cozido	Arroz/feijão com caldo Carne em iscas com batata
COLAÇÃO – 13:00h	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira
LANCHE DA TARDE- 14:30h	Papinha de Pão dog com leite	logurte com banana e mamão	Papinha de Pão dog com leite	Bolo de fubá Chá de ervas (camomila, erva doce, hortelã)	Mingau Branco + Banana



[@merendaescolarsenges](https://www.instagram.com/merendaescolarsenges)

MUNICÍPIO DE SENGÉS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



CARDÁPIO MARÇO CRECHE I
CENTRO DE EDUCAÇÃO INFANTIL – LYGIA MARA
2025

REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	24/03	25/03	26/03	27/03	28/03
CAFÉ DA MANHÃ – 08:00h	Papinha de Pão dog com leite	Papinha de Pão francês com leite	Torta de atum Chá de ervas (camomila, erva doce, hortelã)	Papinha de Pão Frances com leite	Papinha de pão dog com leite
ALMOÇO - 10:00h	Arroz/feijão com caldo Almôndegas ao molho Polenta cremosa Repolho refogado	Arroz/feijão com caldo Frango ao molho Batata ao molho com cenoura	Arroz/feijão com caldo Carne em iscas com mandioca Couve flor refogada	Arroz/feijão com caldo Quirera com carne de suína Chuchu refogado	Arroz/feijão com caldo Viradinho de carne moída com abobrinha Beterraba Cozida
COLAÇÃO – 13:00h	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira
LANCHE DA TARDE- 14:30h	Papinha de Pão dog com leite	Mingau de aveia+banana	Torta de atum Chá de ervas (camomila, erva doce, hortelã)	Papinha de Pão Frances com leite	Mingau de chocolate+banana



[@merendaescolarsenges](https://www.instagram.com/merendaescolarsenges)

MUNICÍPIO DE SENGÉS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



CARDÁPIO MARÇO CRECHE I
CENTRO DE EDUCAÇÃO INFANTIL – LYGIA MARA
2025

REFEIÇÃO	SEGUNDA				
	31/03				
CAFÉ DA MANHÃ – 08:00h	Papinha de Pão dog com leite				
ALMOÇO - 10:00h	Arroz/feijão com caldo Carne moída ao molho com milho verde Purê de batata				
COLAÇÃO – 13:00h	Mamadeira				
LANCHE DA TARDE- 14:30h	Papinha de Pão dog com leite				



[@merendaescolarsenges](https://www.instagram.com/merendaescolarsenges)



Informações Nutricionais:

Creche – Período Integral (70% das Necessidades diárias)

Categoria	Idade	Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lípidios (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 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.

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.

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.





Março	Kcal	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	Vit. C (mg)	Vit. A (mcg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
Média Semana 1	509	69	29	12	18	317	314	3.5
Média Semana 2	405	44	23	14	9.4	144	320	2
Média Semana 3	414	48	24	13	9.2	139	300	2.2
Média Semana 4	494	56	28	16	9.0	150	332	2.8
Média Semana 5	573	67	27	21	9.3	104	400	2.9

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

Nutricionista Quadro Técnico (QT):
GISELE MARTINS DOS SANTOS
CRN 8 16124/P

Júlio Melo
Nutricionista
CRN 8 17043/P



Gisele Martins dos Santos
Nutricionista

CRN8 16124/P

NUTRIESCOLASENGES@GMAIL.COM



[@merendaescolarsenges](https://www.instagram.com/merendaescolarsenges)