

MUNICÍPIO DE SENGÉS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



CARDÁPIO NOVEMBRO CRECHE II e PRÉ
CENTRO DE EDUCAÇÃO INFANTIL - LYGIA
2024

REFEIÇÃO					SEXTA
					01/11
CAFÉ DA MANHÃ – 08:00h					Pão dog com margarina Achocolatado 50% cacau
ALMOÇO - 10:00h					Arroz/feijão com caldo Almôndegas ao molho Beterraba Repolho refogado
COLAÇÃO – 13:00h					Mamão
LANCHE DA TARDE- 14:30h					Pão dog com margarina Achocolatado 50% cacau

MUNICÍPIO DE SENGÉS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



CARDÁPIO NOVEMBRO CRECHE II e PRÉ
CENTRO DE EDUCAÇÃO INFANTIL - LYGIA
2024

REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	04/11	05/11	06/11	07/11	08/11
CAFÉ DA MANHÃ – 08:00h	Pão Francês com requeijão Chá	Pão dog com margarina Achocolatado 50% cacau	Pão francês com manteiga Chá	Torta de frango Chá	Pão dog com margarina Achocolatado 50% cacau
ALMOÇO - 10:00h	Arroz com milho/feijão com caldo Carne moída ao molho com batata Abobrinha refogada	Arroz /feijão com caldo Almôndegas ao molho Purê de batata Brócolis refogado	Arroz/feijão com caldo Quirera com pernil suíno Beterraba cozida	Arroz/feijão com caldo Frango ao molho Polenta Couve- flor refogada	Arroz/feijão com caldo Carne em iscas ao molho com mandioca e Cenoura Salada de alface
COLAÇÃO – 13:00h	Banana	Laranja	Maça	Mamão	Manga
LANCHE DA TARDE- 14:30h	Pão Francês com requeijão Chá	Mingau de chocolate+banana	Pão francês com manteiga Chá	Torta de frango Suco de fruta (laranja ou maracujá)	Pão dog com margarina Achocolatado 50% cacau

MUNICÍPIO DE SENGÉS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



CARDÁPIO NOVENBRO CRECHE II e PRÉ
CENTRO DE EDUCAÇÃO INFANTIL - LYGIA
2024

REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	11/11	12/11	13/11	14/11	15/11
CAFÉ DA MANHÃ – 08:00h	Pão dog com manteiga Achocolatado 50% cacau	Pão francês com Requeijão Chá	Pão dog com margarina Achocolatado 50% cacau	Bolo de laranja Chá	
ALMOÇO - 10:00h	Arroz/feijão com caldo Macarrão com almôndegas Salada de pepino e tomate	Arroz/feijão com caldo Carne em iscas com batata e pimentão	Arroz/feijão com caldo Pernil suíno cozido Viradinho de couve Chuchu refogado	Arroz/feijão com caldo Frango ao molho Polenta Brócolis Salada de Alface	FERIADO
COLAÇÃO – 13:00h	Maçã	Banana	Mamão	Melão	
LANCHE DA TARDE- 14:30h	Pão dog com requeijão Achocolatado 50% cacau	Leite com cereal	Pão dog com margarina Suco de fruta (laranja ou maracujá)	Bolo de laranja Chá	

MUNICÍPIO DE SENGÉS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



CARDÁPIO NOVEMBRO CRECHE II e PRÉ
CENTRO DE EDUCAÇÃO INFANTIL - LYGIA
2024

REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	18/11	19/11	20/11	21/11	22/11
CAFÉ DA MANHÃ – 08:00h	Pão dog com margarina Chá	Pão francês com requeijão Achocolatado 50% cacau		Pão dog com requeijão Achocolatado 50% cacau	Pão francês com carne moída Chá
ALMOÇO - 10:00h	Arroz/feijão com caldo Carne em iscas Couve refogada	Arroz/feijão com caldo Macarrão com Frango Chuchu refogado	FERIADO	Arroz/feijão com caldo Quirera com carne de suína Abobrinha e cenoura refogadas	Arroz/feijão com caldo Viradinho de carne moída com couve Beterraba Cozida
COLAÇÃO – 13:00h	Banana	Laranja		Manga	Maçã
LANCHE DA TARDE- 14:30h	Pão dog com margarina Chá	Mingau de aveia+banana		Pão dog com requeijão Achocolatado 50% cacau	Quibe assado Chá

MUNICÍPIO DE SENGÉS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



CARDÁPIO NOVEMBRO CRECHE II e PRÉ
CENTRO DE EDUCAÇÃO INFANTIL - LYGIA
2024

REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	25/11	26/11	27/11	28/11	29/11
CAFÉ DA MANHÃ – 08:00h	Pão dog com manteiga Achocolatado 50% cacau	Pão francês com requeijão Chá	Pão dog com margarina Achocolatado 50% cacau	Bolo de maçã Chá	Pão francês com Requeijão Achocolatado 50% cacau
ALMOÇO - 10:00h	Arroz/feijão com caldo Macarrão com atum Salada de alface e tomate	Arroz/feijão com caldo Almôndegas ao molho Purê de batata Chuchu e cenoura refogados	Arroz/feijão com caldo Frango ao molho com batata e cenoura Salada de Alface e tomate	Arroz /feijão com caldo Carne em iscas Polenta Brócolis	Arroz/feijão com caldo Carne moída ao molho com milho verde Beterraba cozida
COLAÇÃO – 13:00h	Banana	Mamão	Laranja	Melão	Maçã
LANCHE DA TARDE- 14:30h	Pão dog com manteiga Achocolatado 50% cacau	Pão francês com carne moída Chá	logurte com banana e mamão	Bolo de maçã Chá	Pão francês com margarina Achocolatado 50% cacau

MUNICÍPIO DE SENGÉS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



CARDÁPIO NOVENBRO CRECHE II e PRÉ
CENTRO DE EDUCAÇÃO INFANTIL - LYGIA
2024

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 Cálcio (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 NOVENBRO CRECHE II e PRÉ
CENTRO DE EDUCAÇÃO INFANTIL - LYGIA
2024

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

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