MUNICÍPIO DE SENGÉS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO OUTUBRO CRECHE II e PRÉ
CENTRO DE EDUCAÇÃO INFANTIL – RENASCER
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
LANCHE DA TARDE- 14:30h					Pão dog com margarina Achocolatado 50% cacau
COLAÇÃO – 15:30h					Mamão

MUNICÍPIO DE SENGÉS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO OUTUBRO CRECHE II e PRÉ
CENTRO DE EDUCAÇÃO INFANTIL – RENASCER
2024

REFEIÇÃO	SEGUNDA 04/11	TERÇA 05/11	QUARTA 06/11	QUINTA 07/11	SEXTA 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
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
COLAÇÃO – 15:30h	Banana	Laranja	Maça	Mamão	Manga

MUNICÍPIO DE SENGÉS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO OUTUBRO CRECHE II e PRÉ
CENTRO DE EDUCAÇÃO INFANTIL – RENASCER
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**
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**	
COLAÇÃO – 15:30h	**Maçã**	**Banana**	**Mamão**	**Melão**	

MUNICÍPIO DE SENGÉS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO OUTUBRO CRECHE II e PRÉ
CENTRO DE EDUCAÇÃO INFANTIL – RENASCER
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
LANCHE DA TARDE- 14:30h	Pão dog com margarina Chá	Mingau de aveia+banana		Pão dog com requeijão Achocolatado 50% cacau	Quibe assado Chá
COLAÇÃO – 15:30h	Banana	Laranja		Manga	Maçã

MUNICÍPIO DE SENGÉS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO OUTUBRO CRECHE II e PRÉ
CENTRO DE EDUCAÇÃO INFANTIL – RENASCER
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
LANCHE DA TARDE- 14:30h	Pão dog com manteiga Achocolatado 50% cacau	Pão francês com carne moída Chá	Iogurte com banana e mamão	Bolo de maçã Chá	Pão francês com margarina Achocolatado 50% cacau
COLAÇÃO – 15:30h	Banana	Mamão	Laranja	Melão	Maçã

MUNICÍPIO DE SENGÉS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO OUTUBRO CRECHE II e PRÉ
CENTRO DE EDUCAÇÃO INFANTIL – RENASCER
2024

Informações Nutricionais:

Creche – Período Integral (70% das Necessidades diárias)

Categoria	Idade	Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Vitaminas		Minerais	
			55% a 65% do VET	10 % a 15% do VET	25% a 35% do VET	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 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 OUTUBRO CRECHE II e PRÉ
CENTRO DE EDUCAÇÃO INFANTIL – RENASCER
2024

NOVEMBRO	Kcal	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	Vit. C (mg)	Vit. A (mcg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
Média diária Semana 1	625	92.4	24.5	19.7	55.8	170.1	320.6	4.3
Média diária Semana 2	589	88.82	33.6	21.2	37.8	149	186.3	4.44
Média diária Semana 3	623	94	30.8	15.5	43.1	153.6	206	5.37
Média diária Semana 4	532	77.05	31.8	12.3	22.3	153.5	186.5	4.3
Média diária 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
CRN8 16124/P

NUTRIESCOLASENGES@GMAIL.COM