

CARDÁPIO ESCOLAR - OUTUBRO/2023
CRECHES
FAIXA ETÁRIA 4 MESES A 3 ANOS
CONSISTÊNCIA SÓLIDA E PAPINHA
PERÍODO INTEGRAL E PARCIAL MANHÃ E TARDE

	Segunda-feira - 02	Terça-feira - 03	Quarta-feira - 04	Quinta-feira - 05	Sexta-feira - 06
Café da manhã	Leite batido c/ chocolate 32% Pão c/ manteiga	Leite batido c/ chocolate 32% Maçã	Leite batido c/ chocolate 32% Pão c/ manteiga	Leite batido c/ chocolate 32% Banana	Leite batido c/ banana e maçã Pão c/ manteiga
Almoço	Arroz, Feijão Carioca Virado de Abobrinha Filé de frango refogado com tomate e cebola Maçã	Arroz, Feijão Carioca Salada de repolho Pernil ao molho vermelho	Arroz, Feijão Carioca Salada de tomate e alface Carne de panela ao molho com batata e cenoura Laranja	Arroz, Feijão Carioca Salada de pepino e tomate Coxa e sobrecoxa assada	Arroz, Feijão Carioca Chuchu ao molho branco Carne moída refogada Tangerina Ponkan
Lanche da tarde	Mamão	Kiwi	Tangerina Ponkan	Maçã	Banana
Jantar	Macarrão ao molho vermelho com carne bovina + cenoura e abobrinha	Canja c/ batata, chuchu, cenoura e couve + frango	Purê de batatas com frango desfiado + Arroz	Sopa de macarrão com legumes (batata, cenoura e chuchu) + carne moída	Arroz temperado (vagem, cenoura e tomate) + Pernil refogado
CARDÁPIO PARA ATÉ 1 ANO					
Café da manhã	FÓRMULA INFANTIL	FÓRMULA INFANTIL	FÓRMULA INFANTIL	FÓRMULA INFANTIL	FÓRMULA INFANTIL
Almoço- papinha	Abobrinha, chuchu, batata, brócolis, couve, frango desfiado + Arroz, Feijão	Beterraba, chuchu, abobrinha, repolho, carne moída + Arroz, Feijão	Batata, cenoura, mandioca, couve, carne desfiada + Arroz, Feijão	Mandioquinha, abobrinha, chuchu, espinafre, coxa desfiada + Arroz, Feijão	Batata, chuchu, abobrinha, couve, carne moída + Arroz, Feijão
Lanche da tarde	Mamão	Kiwi	Mamão	Maçã	Banana
Jantar - papinha	Cenoura, abobrinha, batata c/ carne bovina desfiada	Canja c/ batata, chuchu, cenoura e couve + frango desfiado	Batata, chuchu, cenoura, frango desfiado + Arroz	Sopa de macarrão com legumes (batata, cenoura e chuchu) + carne moída	Cenoura, batata, abobrinha, pernil desfiado + Arroz

* Sujeito a alterações

Livia R. Miqueleto

LIVIA R. MIQUELETO
NUTRICIONISTA CRN 3 - 74461



PREFEITURA MUNICIPAL
Vargem Grande do Sul - SP
"A Pérola da Mantiqueira"

CARDÁPIO ESCOLAR - OUTUBRO/2023
CRECHES
FAIXA ETÁRIA 4 MESES A 3 ANOS
CONSISTÊNCIA SÓLIDA E PAPINHA
PERÍODO INTEGRAL E PARCIAL MANHÃ E TARDE

	Segunda-feira - 09	Terça-feira - 10	Quarta-feira - 11	Quinta-feira - 12	Sexta-Feira - 13
Café da manhã	Leite batido c/ chocolate 32% Pão c/ manteiga	Leite batido c/ chocolate 32% Mamão	Leite batido c/ chocolate 32% Banana	FERIADO	Leite batido c/ chocolate 32% Pão c/ manteiga
Almoço	Arroz, Feijão Carioca Cenoura em rodelas refogadas Carne de panela Laranja	Arroz, Feijão Carioca Salada de alface e tomate Carne moída refogada com tomate e cebola	Arroz, Feijão Carioca Purê de batata Pernil refogado com cenoura Banana		Arroz, Feijão Carioca Berinjela refogada Coxinha da asa de panela Tangerina Ponkan
Lanche da tarde	Mamão	Banana	Melão		Banana
Jantar	Polenta ao molho com coxa e sobrecoxa + abobrinha e chuchu	Lanche com molho de carne moída Bolo de banana e cacau Suco de Laranja	Macarrão à bolonhesa + cenoura ralada		Omelete de forno com legumes (abobrinha, cenoura, cebola e tomate) + frango desfiado
CARDÁPIO PARA ATÉ 1 ANO					
Café da manhã	FÓRMULA INFANTIL	FÓRMULA INFANTIL	FÓRMULA INFANTIL	FERIADO	FÓRMULA INFANTIL
Almoço- papinha	Batata, chuchu, cenoura, couve, carne desfiada + Arroz e Feijão	Batata, cenoura, espinafre, abobrinha, coxinha de asa desfiada + Arroz e Feijão	Batata, cenoura, chuchu, repolho, pernil desfiado + Arroz e Feijão		Mandioquinha, cenoura, chuchu, couve, carne moída+ Arroz e feijão
Lanche da tarde	Mamão	Banana	Melão		Banana
Jantar - papinha	Polenta ao molho com coxa e sobrecoxa desfiada+ abobrinha e chuchu	Batata doce, cenoura, ervilha, chuchu + carne moída	Mandioca, batata, chuchu + carne de panela desfiada		Abobrinha, chuchu, cenoura + ovo mexido

* Sujeito a alterações

LIVIA R. MIQUELETO
NUTRICIONISTA CRN 3 - 74461

CARDÁPIO ESCOLAR - OUTUBRO/2023
CRECHES
FAIXA ETÁRIA 4 MESES A 3 ANOS
CONSISTÊNCIA SÓLIDA E PAPINHA
PERÍODO INTEGRAL E PARCIAL MANHÃ E TARDE

	Segunda-feira - 16	Terça-feira - 17	Quarta-feira - 18	Quinta-feira - 19	Sexta-feira - 20
Café da manhã	Leite batido c/ chocolate 32% Pão c/ manteiga	Leite batido c/ chocolate 32% Maçã	Leite batido c/ banana e maçã Pão c/ manteiga	Leite batido c/ chocolate 32% Banana	Leite batido c/ chocolate 32% Pão c/ manteiga
Almoço	Arroz, Feijão Carioca Abobrinha refogada Carne Bovina ao molho vermelho Melão	Arroz, Feijão Carioca Salada de batata e ovo Pernil refogado com tomate e cebola	Arroz, Feijão Carioca Salada de Pepino Filé de frango refogado com tomate e cebola Banana	Arroz, Feijão Carioca Salada de alface Carne moída com batata	Arroz, Feijão Carioca Salada de couve e tomate Coxa e sobrecoxa de panela Laranja
Lanche da tarde	Laranja	Mamão	Tangerina Ponkan	Banana	Mamão
Jantar	Sopa de macarrão com legumes (batata, abóbora, chuchu e cenoura) c/ carne moída	Escondidinho de batata com frango desfiado + Arroz	Arroz temperado (vagem, cenoura e tomate) + Carne moída	Canja c/ batata, chuchu, cenoura e couve + frango	Macarrão ao molho vermelho c/ carne bovina + cenoura ralada
CARDÁPIO PARA ATÉ 1 ANO					
Café da manhã	FÓRMULA INFANTIL	FÓRMULA INFANTIL	FÓRMULA INFANTIL	FÓRMULA INFANTIL	FÓRMULA INFANTIL
Almoço (papa)	Abobrinha, cenoura, chuchu, couve, carne desfiada + Arroz, Feijão	Batata, cenoura, couve-flor, repolho, pernil desfiado + Arroz, Feijão	Batata doce, cenoura, brócolis, frango desfiado + Arroz e Feijão	Batata, cenoura, abobrinha, couve, carne moída + Arroz, Feijão	Cenoura, batata, couve-flor, couve, coxa e sobrecoxa desfiada + Arroz, Feijão
Lanche da tarde	Laranja	Mamão	Maçã	Banana	Mamão
Jantar (papa)	Sopa de macarrão com legumes (batata, abóbora, chuchu e cenoura) c/ carne moída	Batata, cenoura, repolho + frango desfiado	Cenoura, batata, chuchu, carne moída + Arroz	Canja c/ batata, chuchu, cenoura e couve + frango desfiado	Abóbora, batata, chuchu, brócolis + carne bovina desfiada

* Sujeito a alterações

Liviane

LIVIA R. MIQUELETO
NUTRICIONISTA CRN 3 - 74461



PREFEITURA MUNICIPAL
Vargem Grande do Sul - SP
"A Pérola da Mantiqueira"

CARDÁPIO ESCOLAR - OUTUBRO/2023
CRECHES
FAIXA ETÁRIA 4 MESES A 3 ANOS
CONSISTÊNCIA SÓLIDA E PAPINHA
PERÍODO INTEGRAL E PARCIAL MANHÃ E TARDE

	Segunda-feira - 23	Terça-feira - 24	Quarta-feira - 25	Quinta-feira - 26	Sexta-feira - 27
Café da manhã	Leite batido c/ chocolate 32% Pão c/ manteiga	Leite batido c/ chocolate 32% Mamão	Leite batido c/ polpa de morango e banana Pão c/ manteiga	Leite batido c/ chocolate 32% Bolo de banana e cacau	Leite batido c/ chocolate 32% Pão c/ manteiga
Almoço	Arroz, Feijão Carioca Salada de chuchu Carne moída refogada Laranja	Arroz, Feijão Carioca Salada de couve e tomate Quibe assado	Arroz, Feijão Carioca Salada de tomate e alface Pernil refogado com batata Maçã	Arroz, Feijão Carioca Salada de beterraba Carne de panela	Arroz, Feijão Carioca Purê de Abóbora Cabotiá Coxinha da Asa assada Banana
Lanche da tarde	Maçã	Melão	Banana	Tangerina Ponkan	Kiwi
Jantar	Sopa de macarrão com feijão (batata, chuchu e cenoura) + carne de panela	Polenta ao molho vermelho com carne moída + abobrinha e chuchu	Macarrão c/ frango desfiado (c/ cenoura e abobrinha)	Caldo de mandioquinha com carne de panela	Sopa de macarrão c/ legumes (batata, cenoura, chuchu) c/ carne moída
CARDÁPIO PARA ATÉ 1 ANO					
Café da manhã	FÓRMULA INFANTIL	FÓRMULA INFANTIL	FÓRMULA INFANTIL	FÓRMULA INFANTIL	FÓRMULA INFANTIL
Almoço- papinha	Cenoura, abobrinha, chuchu, repolho, carne moída + Arroz, Feijão	Batata doce, abóbora, couve, abobrinha, frango desfiado + Arroz, Feijão	Batata, cenoura, brócolis, espinafre, pernil desfiado + Arroz, Feijão	Beterraba, batata, cenoura, brócolis, carne bovina desfiada + Arroz, Feijão	Cenoura, abobrinha, couve-flor, couve, frango desfiado + Arroz, Feijão
Lanche da tarde	Maçã	Melão	Banana	Laranja	Kiwi
Jantar - papinha	Sopa de macarrão com feijão (batata, chuchu e cenoura) + carne desfiada	Polenta ao molho com carne moída + abobrinha e chuchu	Mandioquinha, cenoura, chuchu, couve- flor, ervilha + frango desfiado	Caldo de mandioquinha com carne de panela desfiada	Sopa de macarrão c/ legumes (batata, cenoura, chuchu) c/ carne moída

* Sujeito a alterações

Livia R. Miqueleto

LIVIA R. MIQUELETO
NUTRICIONISTA CRN 3 - 74461