

Município de Rebouças

Deposito

Planejamento Cardápio CRECHE - OUTUBRO 2023 (PNAEC-CPNAE) Grupo: Creche 1 a 3 anos , Categoria: Creche II - 1 a 3 anos

Atendimento: **Normal**

1ª Semana	02/Outubro	03/Outubro	04/Outubro	05/Outubro	06/Outubro	Total Semana
Lanche Entrada Manhã Horário: 8:00	CHÁ DE ERVAS PÃO COM MARGARINA	Vitamina (leite com morango) Pão de polvilho (tipo pão de queijo)	Bebida láctea Pão com manteiga	SUCO NATURAL DE LARANJA COM MANGA OMELETE COM LEGUMES (MILHO, BRÓCOLIS, CENOURA)	CHÁ DE ERVAS BOLO SIMPLES DE CHOCOLATE	Calorias =1814.36 Carboidratos =225.98 Proteínas =48.41 Lipídios =81.34
Almoço Horário: 11:00	ARROZ NUTRITIVO COM PTS Feijão cozido Salada de Beterraba cozida carne acebolada - ef	Polenta com frango Feijão cozido Alface Salada	Arroz parboilizado cozido Feijão cozido Cenoura Refogada Ovos Mexidos Salada de brócolis	Arroz parboilizado cozido Feijão cozido Couve Refogada SOBRECOXA ASSADA Salada de cenoura	Feijão cozido Arroz parboilizado cozido Frango Refogado Purê de batata Alface Salada	Calorias =1410.48 Carboidratos =170.20 Proteínas =62.74 Lipídios =48.33
Lanche Tarde Horário: 14:00		MAÇA	MAMÃO	MANGA	salada de frutas	Calorias =313.80 Carboidratos =81.00 Proteínas =3.62 Lipídios =0.96
Jantar Horário: 16:30	SOPA DE HORTALIÇAS	CANJA	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES (MOÍDA, CEBOLA, MACARRÃO, COUVE, CENOURA, FEIJÃO)	sopa 2 (abobora, chuchu, batata, arroz branco, carne bovina inteira)	ARROZ NUTRITIVO COM FRANGO (CENOURA / BRÓCOLIS / BETERRABA) Salada Crua	Calorias =913.31 Carboidratos =124.84 Proteínas =54.83 Lipídios =20.58

cardápio sujeito a alteração.

NÃO ACRESCENTAR AÇÚCAR EM PREPARAÇÕES PARA CRIANÇAS MENORES DE 3 ANOS.**dos 6 aos 8 meses: formato de papa, amassado com o garfo e NUNCA batido no liquidificador.****de 6 a 8 meses: papa com grumos****8 aos 10 meses: alimento solido bem cozidos.**

Brandt.
Idiobara Brandt
NUTRICIONISTA
CRN 6504

Município de Rebouças

Deposito

Planejamento Cardápio CRECHE - OUTUBRO 2023 (PNAEC-CPNAE) Grupo: Creche 1 a 3 anos , Categoria: Creche II - 1 a 3 anos

Atendimento: **Normal**

2ª Semana	09/Outubro	10/Outubro	11/Outubro	12/Outubro	13/Outubro	Total Semana
Lanche Entrada Manhã Horário: 8:00	ACHOCOLATADO BISCOITO DE LEITE	Vitamina (leite com morango) PÃO COM MARGARINA	Bebida láctea OMELETE COM LEGUMES (MILHO, BRÓCOLIS, CENOURA)	F E R I A D O NOSSA SENHORA APARECIDA	F E R I A D O RECESSO ESCOLAR	Calorias =985.41 Carboidratos =129.52 Proteínas =32.85 Lipídios =37.72
Almoço Horário: 11:00	Arroz parboilizado cozido Feijão cozido Cenoura Refogada SOBRECOXA ASSADA salada de repolho ralado com tempero verde	Arroz parboilizado cozido Feijão cozido OMELETE COM LEGUMES (MILHO, BRÓCOLIS, CENOURA) Salada de cenoura	Arroz parboilizado cozido Feijão cozido Batata ensopada Frango Refogado Salada de Beterraba cozida	F E R I A D O NOSSA SENHORA APARECIDA	F E R I A D O RECESSO ESCOLAR	Calorias =711.27 Carboidratos =89.77 Proteínas =32.20 Lipídios =23.65
Lanche Tarde Horário: 14:00	MAÇA	Gelatina com frutas	MAMÃO	F E R I A D O NOSSA SENHORA APARECIDA	F E R I A D O RECESSO ESCOLAR	Calorias =336.90 Carboidratos =85.01 Proteínas =4.54 Lipídios =0.63
Jantar Horário: 16:30	sopa 3 (feijao, beterraba, espinafre, macarrao parafuso, ovo)	SOPA DE HORTALIÇAS	sopa 2 (abobrinha, batata, arroz branco, carne bovina inteira)	F E R I A D O NOSSA SENHORA APARECIDA	F E R I A D O RECESSO ESCOLAR	Calorias =474.21 Carboidratos =64.40 Proteínas =33.74 Lipídios =8.58

cardápio sujeito a alteração.

NÃO ACRESCENTAR AÇÚCAR EM PREPARAÇÕES PARA CRIANÇAS MENORES DE 3 ANOS.**dos 6 aos 8 meses: formato de papa, amassado com o garfo e NUNCA batido no liquidificador.****de 6 a 8 meses: papa com grumos****8 aos 10 meses: alimento solido bem cozidos.**

Brandt.
Idiobara Brandt
NUTRICIONISTA
CRN 6504

Município de Rebouças

Deposito

Planejamento Cardápio CRECHE - OUTUBRO 2023 (PNAEC-CPNAE) Grupo: Creche 1 a 3 anos , Categoria: Creche II - 1 a 3 anos

Atendimento: **Normal**

3ª Semana	16/Outubro	17/Outubro	18/Outubro	19/Outubro	20/Outubro	Total Semana
Lanche Entrada Manhã Horário: 8:00	CHÁ DE ERVAS CUQUE DE FAROFA	SUCO NATURAL DE LARANJA COM MANGA PÃO FATIADO PATÊ DE FRANGO	ACHOCOLATADO BOLO SIMPLES DE LARANJA	CHÁ DE ERVAS BOLO SIMPLES DE LARANJA	Leite com Sucrilhos	Calorias =1737.33 Carboidratos =262.94 Proteínas =57.60 Lipídios =52.75
Almoço Horário: 11:00	Feijão cozido RISOTO Salada de couve flor	Arroz parboilizado cozido Feijão cozido Purê de batata carne acebolada - ef Salada de cenoura	Arroz parboilizado cozido Feijão cozido FAROFA DE CENOURA Paleta suína SALADA DE TOMATE COM ORÉGANO	Arroz parboilizado cozido Feijão cozido Cenoura Refogada Ovos Mexidos Alface Salada	ARROZ NUTRITIVO COM FRANGO (CENOURA / BRÓCOLIS / BETERRABA) Feijão cozido Salada de brócolis	Calorias =1373.40 Carboidratos =158.20 Proteínas =69.35 Lipídios =50.70
Lanche Tarde Horário: 14:00	MAMÃO	Laranja	MAÇA	salada de frutas	Maça Fugi	Calorias =390.90 Carboidratos =101.19 Proteínas =3.86 Lipídios =1.11
Jantar Horário: 16:30	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES (MOÍDA, CEBOLA, MACARRÃO, COUVE, CENOURA, FEIJÃO)	sopa 2 (abobrinha, batata, arroz branco, carne bovina inteira)	sopa 2 (abobrinha, batata, arroz branco, carne bovina inteira)	Polenta com frango salada de repolho ralado com tempero verde	Papa BERÇÁRIO 1 (arroz, frango, cenoura, batata) sopa 2 (abobora, chuchu, batata, arroz branco, carne bovina inteira)	Calorias =1080.13 Carboidratos =169.45 Proteínas =48.40 Lipídios =18.80

cardápio sujeito a alteração.

NÃO ACRESCENTAR AÇÚCAR EM PREPARAÇÕES PARA CRIANÇAS MENORES DE 3 ANOS.**dos 6 aos 8 meses: formato de papa, amassado com o garfo e NUNCA batido no liquidificador.****de 6 a 8 meses: papa com grumos****8 aos 10 meses: alimento solido bem cozidos.**

Brandt.
Idiobara Brandt
NUTRICIONISTA
CRN 6504

Município de Rebouças

Deposito

Planejamento Cardápio CRECHE - OUTUBRO 2023 (PNAEC-CPNAE) Grupo: Creche 1 a 3 anos , Categoria: Creche II - 1 a 3 anos

Atendimento: **Normal**

4ª Semana	23/Outubro	24/Outubro	25/Outubro	26/Outubro	27/Outubro	Total Semana
Lanche Entrada Manhã Horário: 8:00	SUCO NATURAL DE LARANJA COM MANGA BOLO SIMPES DE FUBÁ	ACHOCOLATADO PÃO COM MARGARINA	Bebida láctea BOLO SIMPLES DE CHOCOLATE	CHÁ DE ERVAS Pão de polvilho (tipo pão de queijo)	ACHOCOLATADO BISCOITO DE LEITE CHÁ DE ERVAS PÃO COM MARGARINA	Calorias =2809.13 Carboidratos =388.13 Proteínas =65.41 Lipídios =112.95
Almoço Horário: 11:00	Arroz parboilizado cozido Feijão cozido SOBRECOXA ASSADA Farofa de Repolho SALADA DE TOMATE COM ORÉGANO	RISOTO Caldo de Feijão Preto - Berçário salada de repolho ralado com tempero verde	Arroz parboilizado cozido Feijão cozido SOBRECOXA ASSADA Salada de Acelga	Arroz branco cozido Feijão cozido Farofa de Repolho carne acebolada - ef Salada de cenoura	ARROZ NUTRITIVO COM PTS Feijão cozido OMELETE COM LEGUMES (MILHO, BRÓCOLIS, CENOURA) Salada de Beterraba cozida carne acebolada - ef	Calorias =1522.97 Carboidratos =197.94 Proteínas =70.07 Lipídios =49.46
Lanche Tarde Horário: 14:00	MANGA	Bebida láctea MAMÃO	Laranja com mamão	salada de frutas	MAÇA	Calorias =628.40 Carboidratos =107.35 Proteínas =14.36 Lipídios =19.62
Jantar Horário: 16:30	Purê de batata carne acebolada - ef	sopa 2 (abobrinha, batata, arroz branco, carne bovina inteira)	sopa 3 (feijao, beterraba, espinafre, macarrao parafuso, ovo)	SOPA DE HORTALIÇAS	SOPA DE HORTALIÇAS	Calorias =665.19 Carboidratos =72.46 Proteínas =55.23 Lipídios =16.21

cardápio sujeito a alteração.
NÃO ACRESCENTAR AÇÚCAR EM PREPARAÇÕES PARA CRIANÇAS MENORES DE 3 ANOS.
 dos 6 aos 8 meses: formato de papa, amassado com o garfo e **NUNCA** batido no liquidificador.
 de 6 a 8 meses: papa com grumos
 8 aos 10 meses: alimento solido bem cozidos.

Brandt.
 Idiobara Brandt
 NUTRICIONISTA
 CRN 6504

Município de Rebouças

Deposito

Planejamento Cardápio CRECHE - OUTUBRO 2023 (PNAEC-CPNAE) Grupo: Creche 1 a 3 anos , Categoria: Creche II - 1 a 3 anos

Atendimento: **Normal**

5ª Semana	30/Outubro	31/Outubro				Total Semana
Lanche Entrada Manhã Horário: 8:00	Vitamina (leite com morango) Pão de polvilho (tipo pão de queijo)	Bebida láctea Pão com manteiga				Calorias =673.79 Carboidratos =69.03 Proteínas =20.65 Lipídios =35.36
Almoço Horário: 11:00	Polenta com frango Feijão cozido Alface Salada	Arroz parboilizado cozido Feijão cozido Cenoura Refogada Ovos Mexidos Salada de brócolis				Calorias =594.78 Carboidratos =74.50 Proteínas =17.55 Lipídios =21.31
Lanche Tarde Horário: 14:00	MAÇA	MAMÃO				Calorias =167.40 Carboidratos =43.80 Proteínas =1.32 Lipídios =0.48
Jantar Horário: 16:30	CANJA	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES (MOÍDA, CEBOLA, MACARRÃO, COUVE, CENOURA, FEIJÃO)				Calorias =579.39 Carboidratos =90.30 Proteínas =23.57 Lipídios =13.27

cardápio sujeito a alteração.
NÃO ACRESCENTAR AÇÚCAR EM PREPARAÇÕES PARA CRIANÇAS MENORES DE 3 ANOS.
 dos 6 aos 8 meses: formato de papa, amassado com o garfo e NUNCA batido no liquidificador.
 de 6 a 8 meses: papa com grumos
 8 aos 10 meses: alimento solido bem cozidos.

Brandt.
 Idiobara Brandt
 NUTRICIONISTA
 CRN 6504