

Município de Rebouças

Deposito

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

Atendimento: **Normal**

1ª Semana			01/Novembro	02/Novembro	03/Novembro	Total Semana
Lanche Entrada Manhã Horário: 8:00			CHÁ DE ERVAS PÃO COM MARGARINA	F E R I A D O FINADOS	F E R I A D O RECESSO ESCOLAR	Calorias =263.35 Carboidratos =41.98 Proteínas =6.06 Lipídios =8.07
Almoço Horário: 11:00			ARROZ NUTRITIVO COM PTS SOBRECOXA ASSADA Feijão cozido Salada de Beterraba cozida	F E R I A D O FINADOS	F E R I A D O RECESSO ESCOLAR	Calorias =257.46 Carboidratos =37.99 Proteínas =11.14 Lipídios =6.77
Lanche Tarde Horário: 14:00			Banana com farinha láctea	F E R I A D O FINADOS	F E R I A D O RECESSO ESCOLAR	Calorias =313.40 Carboidratos =76.22 Proteínas =4.90 Lipídios =1.52
Jantar Horário: 16:30			SOPA DE HORTALIÇAS	F E R I A D O FINADOS	F E R I A D O RECESSO ESCOLAR	Calorias =71.72 Carboidratos =2.92 Proteínas =9.78 Lipídios =2.04

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 - NOVEMBRO 2023 (PNAEC-CPNAE) Grupo: Creche 1 a 3 anos , Categoria: Creche II - 1 a 3 anos

Atendimento: **Normal**

2ª Semana	06/Novembro	07/Novembro	08/Novembro	09/Novembro	10/Novembro	Total Semana
Lanche Entrada Manhã Horário: 8:00	CHÁ DE ERVAS BISCOITO DE LEITE	CAFÉ COM LEITE Pão com manteiga	SUCO NATURAL DE LARANJA COM MANGA Pão com manteiga	CHÁ DE ERVAS BOLO SIMPLES DE CHOCOLATE	LEITE COM BANANA E AVEIA Pão com manteiga	Calorias =1507.69 Carboidratos =236.73 Proteínas =35.49 Lipídios =48.36
Almoço Horário: 11:00	Polenta com frango Feijão cozido Alface Salada	Arroz parboilizado cozido Feijão cozido Cenoura Refogada carne moída refogada int Salada de brócolis	Arroz parboilizado cozido Feijão cozido Couve Refogada SOBRECOXA ASSADA Salada de cenoura	Arroz parboilizado cozido Feijão cozido carne acebolada - ef Purê de batata Alface Salada	Macarronada COM MOÍDA Feijão cozido salada de repolho ralado com tempero verde	Calorias =1415.96 Carboidratos =175.89 Proteínas =59.41 Lipídios =47.15
Lanche Tarde Horário: 14:00	MAÇA	MAMÃO	MANGA	BANANA	salada de frutas	Calorias =544.20 Carboidratos =141.66 Proteínas =6.14 Lipídios =1.32
Jantar Horário: 16:30	CANJA	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES (MOÍDA, CEBOLA, MACARRÃO, COUVE, CENOURA, FEIJÃO)	QUIRERA COM PALETA SUÍNA	ARROZ NUTRITIVO COM FRANGO (CENOURA / BRÓCOLIS / BETERRABA)	sopa 3 (feijao, beterraba, espinafre, macarrao parafuso, ovo)	Calorias =1299.38 Carboidratos =185.69 Proteínas =66.83 Lipídios =33.96

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 - NOVEMBRO 2023 (PNAEC-CPNAE) Grupo: Creche 1 a 3 anos , Categoria: Creche II - 1 a 3 anos

Atendimento: **Normal**

3ª Semana	13/Novembro	14/Novembro	15/Novembro	16/Novembro	17/Novembro	Total Semana
Lanche Entrada Manhã Horário: 8:00	Leite com Sucrilhos	CHÁ DE ERVAS Pão com manteiga	F E R I A D O PROCLAMAÇÃO DA REPÚBLICA	Suco natural de laranja BOLO SIMPES DE FUBÁ	LEITE COM BANANA E AVEIA BISCOITO DE LEITE	Calorias =1019.26 Carboidratos =153.01 Proteinas =30.00 Lipídios =33.40
Almoço Horário: 11:00	Arroz parboilizado cozido Feijão cozido abobrinha refogada (abobrinha, cebola) int carne acebolada - ef Salada de cenoura	Arroz parboilizado cozido Feijão cozido Batata ensopada carne moída refogada int Salada de Beterraba cozida	F E R I A D O PROCLAMAÇÃO DA REPÚBLICA	Arroz parboilizado cozido Feijão cozido Couve Refogada carne acebolada - ef Alface Salada	Arroz parboilizado cozido Feijão cozido FAROFA DE CENOURA SOBRECOXA ASSADA salada de repolho ralado com tempero verde	Calorias =1080.99 Carboidratos =130.02 Proteinas =53.99 Lipídios =37.36
Lanche Tarde Horário: 14:00	MAMÃO	BANANA	F E R I A D O PROCLAMAÇÃO DA REPÚBLICA	MANGA	salada de frutas	Calorias =430.80 Carboidratos =111.78 Proteinas =5.78 Lipídios =0.96
Jantar Horário: 16:30	SOPA DE HORTALIÇAS	sopa 2 (abobrinha, batata, arroz branco, carne bovina inteira)	F E R I A D O PROCLAMAÇÃO DA REPÚBLICA	CANJA	sopa 3 (feijao, beterraba, espinafre, macarrao parafuso, ovo)	Calorias =753.35 Carboidratos =108.41 Proteinas =44.50 Lipídios =14.67

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 sólido bem cozidos.**

Brandt.
Idiobara Brandt
NUTRICIONISTA
CRN 6504

Município de Rebouças

Deposito

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

Atendimento: **Normal**

4ª Semana	20/Novembro	21/Novembro	22/Novembro	23/Novembro	24/Novembro	Total Semana
Lanche Entrada Manhã Horário: 8:00	CHÁ DE ERVAS BISCOITO CREAM CRACKER	SUCO NATURAL DE LARANJA COM MANGA PÃO FATIADO PATÊ DE FRANGO	ACHOCOLATADO Pão de polvilho (tipo pão de queijo)	CHÁ DE ERVAS BOLO SIMPLES DE LARANJA	Leite com Sucrilhos	Calorias =1719.20 Carboidratos =255.07 Proteínas =47.20 Lipídios =58.98
Almoço Horário: 11:00	RISOTO Feijão cozido 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 Frango Refogado Alface Salada	ARROZ NUTRITIVO COM FRANGO (CENOURA / BRÓCOLIS / BETERRABA) Feijão cozido Salada de brócolis	Calorias =1399.10 Carboidratos =158.26 Proteínas =73.67 Lipídios =50.65
Lanche Tarde Horário: 14:00	MAMÃO	Laranja	MAÇA	BANANA	salada de frutas	Calorias =507.90 Carboidratos =131.97 Proteínas =6.02 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 DE HORTALIÇAS	Polenta com frango salada de repolho ralado com tempero verde	sopa 2 (abobora, chuchu, batata, arroz branco, carne bovina inteira)	Calorias =923.96 Carboidratos =135.14 Proteínas =44.77 Lipídios =18.12

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 - NOVEMBRO 2023 (PNAEC-CPNAE) Grupo: Creche 1 a 3 anos , Categoria: Creche II - 1 a 3 anos

Atendimento: **Normal**

5ª Semana	27/Novembro	28/Novembro	29/Novembro	30/Novembro	Total Semana
Lanche Entrada Manhã Horário: 8:00	CHÁ DE ERVAS Pão de polvilho (tipo pão de queijo)	Vitamina (leite com morango) PÃO COM MARGARINA	CAFÉ COM LEITE BOLO SIMPLES DE CHOCOLATE	CHÁ DE ERVAS bolo de cenoura caseiro	Calorias =1814.38 Carboidratos =244.15 Proteínas =45.04 Lipídios =75.71
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 Alface Salada	Polenta com frango Feijão cozido salada de repolho ralado com tempero verde	Calorias =1185.07 Carboidratos =176.18 Proteínas =32.39 Lipídios =34.62
Lanche Tarde Horário: 14:00	MANGA	MAMÃO	Banana com farinha láctea	salada de frutas	Calorias =513.80 Carboidratos =127.34 Proteínas =8.16 Lipídios =2.12
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 3 (feijao, beterraba, espinafre, macarrao parafuso, ovo)	SOPA DE HORTALIÇAS	Calorias =774.46 Carboidratos =110.69 Proteínas =46.55 Lipídios =15.76

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