



MUNICÍPIO DE TAGUAÍ

Taguaí: Capital das Confeções.

CNPJ – 46.223.723/0001-50

COZINHA PILOTO



CARDÁPIO CRECHES – Maternais e Etapas

Planejamento semanal de refeições

ABRIL SEMANA 1	Segunda-feira 07/04/25	Terça-feira 08/04/25	Quarta-feira 09/04/25	Quinta-feira 10/04/25	Sexta-feira 11/04/25
CAFÉ DA MANHÃ	Pão com margarina Leite com achocolatado + cacau 100% (sem adição de açúcar)	Pão com margarina Leite com achocolatado + cacau 100% (sem adição de açúcar)	Pão de leite Leite com achocolatado + cacau 100% (sem adição de açúcar)	Pão com margarina Leite com achocolatado + cacau 100% (sem adição de açúcar)	Pão de leite Leite com achocolatado + cacau 100% (sem adição de açúcar)
FRUTA	Melão	Banana	Maçã	Laranja	Abacaxi
ALMOÇO	Arroz + feijão Carne de panela com batata doce Salada (Repolho)	Arroz + feijão Carne moída colorida (carne moída + cenoura, abobrinha e tomate) Salada (Tomate)	Arroz + feijão Strogonoff de Frango (frango + molho branco + tomate e cenoura) Salada (Alface)	Arroz Feijoada (feijão preto + pernil suíno) Salada (Couve)	Arroz + feijão Peixada (filé de tilápia + batata, abobrinha e tomate) Salada (Chuchu)
LANCHE	Bolacha Leite com polpa de fruta	Pão com margarina Suco polpa de fruta	Bolo simples Leite com achocolatado + cacau 100% (sem adição de açúcar)	Pão com Muçarela Suco polpa de fruta	Bolacha Vitamina de frutas (Leite + banana e maçã) *sem adição de açúcar
Energia (Kcal)	751,88	751,73	788,08	744,75	681,58
Carboidrato (g)	109,10	111,54	118,16	113,73	97,42
Proteínas (g)	34,53	28,21	36,43	28,28	28,94
Lipídios (g)	19,92	21,09	18,82	20,30	19,17
Vit A (mcg)	191,89	2423,96	252,41	290,79	513,26
Vit C (mg)	10,59	44,31	13,64	24,74	14,13
Ferro (mg)	3,41	4,04	4,56	3,44	4,87
Cálcio (mg)	320,74	331,45	369,85	280,66	355,84

* Proporção de cacau – 1 e ½ pacote de cacau 100% (300g) para 1 pacote de 1,8 kg de achocolatado.

** Para adoçar o leite e o suco com polpa de fruta – de preferência utilize frutas mais adocicadas, como banana e maçã para bater com a polpa e diminuir/evitar o uso do açúcar.

Nota: A fruta do dia poderá ser substituída caso não esteja madura, mas deverá ser servida durante a semana. Caso haja excedente de hortifrúteis poderá ser acrescentado na vitamina de frutas, jantar dos bebês, saladas, refogados e no preparo das carnes, pode ocorrer mudanças nos hortifrúteis devido sazonalidade da produção e imprevistos com fornecedores.

Não é permitido ofertar açúcar e ultraprocessados às crianças menores de 3 anos (Resolução nº 06/2020)

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÃO

Obs: Alterações no cardápio deverão ser comunicadas às nutricionistas responsáveis para autorização.

Taina Franco Balduino
NUTRICIONISTA
CRN-3 85256

Taina Balduino



MUNICÍPIO DE TAGUAÍ

Taguaí: Capital das Confeções.

CNPJ – 46.223.723/0001-50

COZINHA PILOTO



CARDÁPIO CRECHES – Berçários 1 e 2

Planejamento semanal de refeições

ABRIL SEMANA 1	Segunda-feira 07/04/25	Terça-feira 08/04/25	Quarta-feira 09/04/25	Quinta-feira 10/04/25	Sexta-feira 11/04/25
CAFÉ DA MANHÃ	Leite puro OU Fórmula infantil OU Leite materno	Leite puro OU Fórmula infantil OU Leite materno	Leite puro OU Fórmula infantil OU Leite materno	Leite puro OU Fórmula infantil OU Leite materno	Leite puro OU Fórmula infantil OU Leite materno
FRUTA	Melão	Banana	Maçã	Laranja	Abacaxi
ALMOÇO	Arroz + feijão Carne de panela com batata doce Refogado (Repolho)	Arroz + feijão Carne moída colorida (carne moída + cenoura, abobrinha e tomate) Salada/Refogado (Cenoura)	Arroz + feijão Frango com tomate e cenoura Salada/Refogado (Abobrinha)	Arroz Feijoada (feijão preto + pernil suíno) Salada/Refogado (Abóbora madura)	Arroz + feijão Peixada (filé de tilápia + batata, abobrinha e tomate) Salada/Refogado (Chuchu)
LANCHE	Leite puro OU Fórmula infantil OU Leite materno	Leite puro OU Fórmula infantil OU Leite materno	Leite puro OU Fórmula infantil OU Leite materno	Leite puro OU Fórmula infantil OU Leite materno	Leite puro OU Fórmula infantil OU Leite materno
JANTAR	Sopa de Arroz com Carne bovina e Legumes (cenoura, abobrinha e repolho)	Sopa de Grão de bico com Carne moída, Batata doce e Legumes (abobrinha, cenoura e tomate)	Sopa de Macarrão com Frango e Legumes (cenoura, abobrinha e tomate)	Peixada (filé de tilápia + batata, abobrinha e tomate)	Sopa de Fubá com Pernil suíno e Legumes (abóbora madura, chuchu e couve)
Energia (Kcal)	512,13	511,81	504,62	566,06	510,77
Carboidrato (g)	62,68	65,84	68,04	67,93	60,87
Proteínas (g)	29,84	23,51	22,33	26,38	25,01
Lipídios (g)	15,48	17,50	15,76	20,93	18,53
Vit A (mcg)	317,61	259,08	304,32	358,30	460,89
Vit C (mg)	9,17	23,62	6,54	8,31	61,55
Ferro (mg)	1,94	2,17	2,34	2,28	2,29
Cálcio (mg)	365,52	368,84	353,23	372,28	392,32

*Berçário 2 - poderão receber pão sem margarina no café da manhã + leite puro na caneca para adaptação.

*Mamadeiras - deverão conter leite puro, sem adição de açúcar e quaisquer complementos adoçados. Quando utilizada fórmula infantil esta deverá ser diluída na proporção: 1 colher de medida nivelada para cada 30 ml de água. A mãe que estiver amamentando poderá enviar o leite materno congelado ou vir amamentar a criança.

***Sopas – as sopas deverão conter mais alimentos (principalmente + legumes) e menos caldo, de modo que não fiquem ralas, sustentem e sejam ricas em nutrientes. Poderão conter mais vegetais do que consta em cardápio se houver estoque disponível.

Não é permitido ofertar açúcar e ultraprocessados às crianças menores de 3 anos. (Resolução nº 06/2020)

É recomendado que crianças menores de 6 meses sejam alimentadas exclusivamente com leite materno ou fórmula infantil, não sendo permitido leite de vaca e introdução de alimentos. (OMS, 2023; Guia Alimentar para crianças menores de 2 anos, 2019).

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÃO

Tatiana Franco Balduino
NUTRICIONISTA
CRN-3 85256

Tatiana Balduino

Rua João Carniato nº 165– Tel (14) 3386-1507
CEP. 18.890-037 – Taguaí – SP e-mail: cozinhapiloto@taguai.sp.gov.br