



MUNICÍPIO DE TAGUAÍ

Taguaí: Capital das Confeções.

CNPJ – 46.223.723/0001-50

COZINHA PILOTO



CARDÁPIO CRECHES – Maternais e Etapas

Planejamento semanal de refeições

MARÇO SEMANA 1	Segunda-feira 03/03/25	Terça-feira 04/03/25	Quarta-feira 05/03/25	Quinta-feira 06/03/25	Sexta-feira 07/03/25
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)
FRUTA				Banana	Maçã
ALMOÇO	RECESSO ESCOLAR	FERIADO	RECESSO ESCOLAR	Arroz + feijão Frango com abóbora madura Salada (Repolho)	Arroz + feijão Carne moída com abobrinha, tomate e cenoura Salada (Tomate)
LANCHE				Pão com margarina Leite com polpa de fruta	Bolacha Leite com achocolatado + cacau 100% (sem adição de açúcar)
Energia (Kcal)				804,81	733,77
Carboidrato (g)				118,28	109,43
Proteínas (g)				38,37	28,35
Lipídios (g)				19,97	20,34
Vit A (mcg)				509,38	366,69
Vit C (mg)				449,99	11,96
Ferro (mg)				3,77	4,62
Cálcio (mg)				321,44	322,96

* **Proporção de cacau** – 2 pacotes de cacau 100% (400g) 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.

*** **Porção de bolacha** – 4 unidades por criança.

Taina Franco Balduino
NUTRICIONISTA
CRN-3 85256

Taina Balduino

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.

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



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

MARÇO SEMANA 1	Segunda-feira 03/03/25	Terça-feira 04/03/25	Quarta-feira 05/03/25	Quinta-feira 06/03/25	Sexta-feira 07/03/25
CAFÉ DA MANHÃ				Leite puro OU Fórmula infantil OU Leite materno	Leite puro OU Fórmula infantil OU Leite materno
FRUTA				Banana	Maçã
ALMOÇO	RECESSO ESCOLAR	FERIADO	RECESSO ESCOLAR	Arroz + feijão Frango com abóbora madura Refogado (Repolho)	Arroz + feijão Carne moída com abobrinha, tomate e cenoura Salada/Refogado (Abobrinha)
LANCHE				Leite puro OU Fórmula infantil OU Leite materno	Leite puro OU Fórmula infantil OU Leite materno
JANTAR				Sopa de Macarrão com Frango e Legumes (abobrinha, cenoura e tomate)	Sopa de Fubá com Carne moída e Legumes (repolho, cenoura e tomate)
Energia (Kcal)				593,77	552,07
Carboidrato (g)				76,84	73,46
Proteínas (g)				33,59	25,95
Lipídios (g)				16,85	17,48
Vit A (mcg)				389,53	359,49
Vit C (mg)				14,22	12,42
Ferro (mg)				2,56	3,08
Cálcio (mg)				372,04	368,52

*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

Saina Balduino
Taina Franco Balduino
NUTRICIONISTA
CRN-3 85256