



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 3	Segunda-feira 21/04/25	Terça-feira 22/04/25	Quarta-feira 23/04/25	Quinta-feira 24/04/25	Sexta-feira 25/04/25
CAFÉ DA MANHÃ		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		Banana	Melancia	Maçã	Mamão
ALMOÇO	FERIADO	Arroz + feijão Vaca atolada (carne bovina + mandioca + tomate e cheiro verde) Salada (Repolho)	Arroz + feijão Polenta Queijada (polenta + carne moída ao molho vermelho com tomate e cenoura + muçarela) Salada (Couve)	Arroz + feijão Frango com cenoura, tomate e espinafre Salada (Beterraba)	Arroz + feijão Tutu de Feijão (feijão + farinha de mandioca ou milho + pernil suíno + couve) Salada (Tomate)
LANCHE		Pão com margarina Suco polpa de fruta	Bolo simples Leite com achocolatado + cacau 100% (sem adição de açúcar)	Lanche natural (pão francês + patê de frango = frango desfiado com molho branco e cenoura crua ralada + alface) Suco polpa de fruta	Bolacha Vitamina de frutas (Leite + banana e maçã) *sem adição de açúcar
Energia (Kcal)		767,43	707,27	762,39	702,21
Carboidrato (g)		129,32	102,62	109,65	101,43
Proteínas (g)		27,43	27,89	37,37	27,57
Lipídios (g)		16,32	20,69	19,22	20,52
Vit A (mcg)		272,31	386,80	388,99	452,20
Vit C (mg)		454,19	72,43	14,56	15,28
Ferro (mg)		4,42	4,11	4,54	3,93
Cálcio (mg)		190,72	355,68	396,79	315,30

* **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 adoçadas, 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 hortifrúti poderá ser acrescentado na vitamina de frutas, jantar dos bebês, saladas, refogados e no preparo das carnes, pode ocorrer mudanças nos hortifrúti 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

Rua João Carniato nº 165– Tel (14) 3386-1507

CEP. 18.890-037 – Taguaí – SP e-mail: cozinhapiloto@taguai.sp.gov.br

Taina Franco Balduino
Taina Franco Balduino
NUTRICIONISTA
CRN-3 85256



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 3	Segunda-feira 21/04/25	Terça-feira 22/04/25	Quarta-feira 23/04/25	Quinta-feira 24/04/25	Sexta-feira 25/04/25
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
FRUTA		Banana	Melancia	Maçã	Mamão
ALMOÇO	FERIADO	Arroz + feijão Vaca atolada (carne bovina + mandioca + tomate e cheiro verde) Refogado (Repolho)	Arroz + feijão Carne moída ao molho vermelho com tomate e cenoura Salada/Refogado (Cenoura)	Arroz + feijão Frango com cenoura, tomate e espinafre Salada/Refogado (Beterraba)	Arroz + feijão Tutu de Feijão (feijão + farinha de mandioca + pernil suíno + couve) Salada/Refogado (Abobrinha)
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
JANTAR		Sopa de Macarrão com Carne bovina e Legumes (repolho, cenoura e abobrinha)	Sopa de Mandioca com Carne moída e Legumes (abobrinha, cenoura e couve)	Sopa de Fubá com Frango e Legumes (espinafre, cenoura e abobrinha)	Sopa de Arroz com Pernil suíno e Legumes (abobrinha, cenoura e tomate)
Energia (Kcal)		501,76	509,52	523,63	530,91
Carboidrato (g)		60,58	63,44	64,70	74,87
Proteínas (g)		29,24	24,63	25,84	22,44
Lipídios (g)		15,41	17,14	17,47	15,52
Vit A (mcg)		304,91	2581,41	594,66	225,57
Vit C (mg)		6,45	15,22	14,31	13,89
Ferro (mg)		1,92	2,49	2,88	2,35
Cálcio (mg)		352,53	377,04	370,83	361,52

*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

Saína Balduino
Taina Franco Balduino
NUTRICIONISTA
CRN-3 85256

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