



MUNICÍPIO DE TAGUAÍ

Taguaí: Capital das Confeções.

CNPJ – 46.223.723/0001-50

COZINHA PILOTO



CARDÁPIO CRECHES – *Maternais e Etapas*

Planejamento semanal de refeições

JUNHO SEMANA 1	Segunda-feira 02/06/25	Terça-feira 03/06/25	Quarta-feira 04/06/25	Quinta-feira 05/06/25	Sexta-feira 06/06/25
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	Maçã	Mexerica	Laranja	Banana	Mamão
ALMOÇO	Arroz + feijão Tiras de carne bovina com tomate, cenoura e abobrinha Salada (Tomate)	Arroz + feijão Frango ao molho vermelho com cenoura, tomate e ervilha Salada (Repolho)	Arroz + feijão Carne moída com batata e tomate Salada (Pepino)	Arroz + feijão <i>Moqueca de Peixe</i> (filé de tilápia + pimentão colorido, tomate e cenoura) Salada (Alface)	Arroz + feijão Pernil suíno com abóbora madura e cheiro verde Salada (Beterraba)
LANCHE	Bolacha Leite com polpa de fruta	Pão com Frango Suco polpa de fruta	Bolacha Leite com achocolatado + cacau 100% (sem adição de açúcar)	Pão com Muçarela Suco polpa de fruta	Pão com margarina <i>Vitamina de frutas</i> (Leite + banana, maçã e mamão) *sem adição de açúcar
Energia (Kcal)	744,75	788,08	751,88	735,23	738,76
Carboidrato (g)	113,73	118,16	109,10	110,01	107,27
Proteínas (g)	28,28	36,43	34,53	28,14	28,24
Lipídios (g)	20,30	18,82	19,92	20,67	21,21
Vit A (mcg)	290,79	252,41	191,89	270,72	329,35
Vit C (mg)	24,74	13,64	10,59	26,39	23,31
Ferro (mg)	3,44	4,56	3,41	3,90	3,72
Cálcio (mg)	280,66	369,85	320,74	319,06	322,73

* **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 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

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

Maria Ap. Bergamo Bertol
Nutricionista
CRN-3 1457

Saina 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

JUNHO SEMANA 1	Segunda-feira 02/06/25	Terça-feira 03/06/25	Quarta-feira 04/06/25	Quinta-feira 05/06/25	Sexta-feira 06/06/25
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	Maçã	Mexerica	Laranja	Banana	Mamão
ALMOÇO	Arroz + feijão Tiras de carne bovina com tomate, cenoura e abobrinha Salada/Refogado (Cenoura)	Arroz + feijão Frango ao molho vermelho com cenoura, tomate e ervilha Refogado (Repolho)	Arroz + feijão Carne moída com batata e tomate Salada/Refogado (Abobrinha)	Arroz + feijão <i>Moqueca de Peixe</i> (filé de tilápia + pimentão colorido, tomate e cenoura) Salada/Refogado (Chuchu)	Arroz + feijão Pernil suíno com abóbora madura e cheiro verde Salada/Refogado (Beterraba)
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 Macarrão com Carne bovina e Legumes (abobrinha, cenoura e tomate)	Sopa de Batata com Frango e Legumes (abobrinha, cenoura e tomate)	Sopa de Feijão com Carne moída e Legumes (cenoura, abobrinha e couve)	Sopa de Fubá com Pernil suíno e Legumes (chuchu, cenoura e tomate)	Sopa de Arroz com Filé de Tilápia e Legumes (abóbora madura, tomate e chuchu)
Energia (Kcal)	538,93	530,91	511,81	524,78	542,26
Carboidrato (g)	72,60	74,87	65,84	72,25	76,90
Proteínas (g)	22,23	22,44	23,51	24,09	24,67
Lipídios (g)	17,50	15,52	17,50	15,45	15,60
Vit A (mcg)	2118	225,57	259,08	2568,56	164,49
Vit C (mg)	11,99	13,89	23,62	52,28	6,20
Ferro (mg)	1,99	2,35	2,17	3,44	3,08
Cálcio (mg)	359,71	361,52	368,84	404,23	375,53

*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

Maria Ap. Bergamo Bertolli
Nutricionista
CRN-3 1457

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
NUTRICIONISTA
CRN-3 85256