



Silvia Balduino
Tatiana Franco Balduino
 NUTRICIONISTA
 CRN-3 85256

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 2	Segunda-feira 09/06/25	Terça-feira 10/06/25	Quarta-feira 11/06/25	Quinta-feira 12/06/25	Sexta-feira 13/06/25
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	Banana	Laranja	Mexerica	Mamão
ALMOÇO	Arroz + feijão Carne moída com abobrinha, tomate e cenoura Salada (Repolho + cenoura)	Arroz + feijão <i>Fricassê de frango</i> (frango + molho branco com milho + muçarela) Salada (Alface)	Arroz <i>Feijoada</i> (feijão preto + pernil suíno) Salada (Couve)	Arroz + feijão <i>Carne de panela colorida</i> (pimentão colorido + cenoura e tomate) Salada (Pepino)	Arroz + feijão <i>Omelete de forno ou Ovo mexido</i> (ovo + tomate, cenoura e orégano) Salada (Tomate)
LANCHE	Bolacha iogurte natural com leite e polpa de fruta	<i>Lanche natural</i> (pão francês + patê de frango = frango desfiado com molho branco e cenoura ralada + alface) 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)	762,39	788,08	795,99	751,73	744,75
Carboidrato (g)	109,65	118,16	115,80	111,54	113,73
Proteínas (g)	37,37	36,43	37,59	28,21	28,28
Lípidios (g)	19,22	18,82	20,32	21,09	20,30
Vit A (mcg)	388,99	252,41	392,96	2423,96	290,79
Vit C (mg)	14,56	13,64	12,04	44,31	24,74
Ferro (mg)	4,54	4,56	4,29	4,04	3,44
Cálcio (mg)	396,79	369,85	335,54	331,45	280,66

* **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.

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

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



Taina 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 2	Segunda-feira 09/06/25	Terça-feira 10/06/25	Quarta-feira 11/06/25	Quinta-feira 12/06/25	Sexta-feira 13/06/25
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	Banana	Maçã	Laranja	Mexerica	Mamão
ALMOÇO	Arroz + feijão Carne moída com abobrinha, tomate e cenoura Refogado (Repolho + cenoura)	Arroz + feijão Frango com creme de milho verde (creme de milho = água e milho liquidificados) Salada/Refogado (Abobrinha)	Arroz Feijoada (feijão preto + pernil suíno) Salada/Refogado (Cenoura)	Arroz + feijão Carne de panela colorida (pimentão colorido + cenoura e tomate) Salada/Refogado (Chuchu)	Arroz + feijão Ovo mexido (ovo + tomate, cenoura e orégano) 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	Leite puro OU Fórmula infantil OU Leite materno
JANTAR	Sopa de Macarrão com Carne moída e Legumes (repolho, abobrinha e cenoura)	Mingau de Milho verde com Frango e Legumes (abobrinha e cenoura)	Sopa de Arroz com Pernil e Legumes (couve, cenoura e abobrinha)	Sopa de Grão de bico com Legumes (chuchu, cenoura e tomate)	Sopa de Fubá com Ovos e Legumes (cenoura, chuchu e abobrinha)
Energia (Kcal)	530,91	538,93	530,91	509,52	523,63
Carboidrato (g)	74,87	72,60	74,87	63,44	64,70
Proteínas (g)	22,44	22,23	22,44	24,63	25,84
Lipídios (g)	15,52	17,50	15,52	17,14	17,47
Vit A (mcg)	225,57	2118	225,57	2581,41	594,66
Vit C (mg)	13,89	11,99	13,89	15,22	14,31
Ferro (mg)	2,35	1,99	2,35	2,49	2,88
Cálcio (mg)	530,91	359,71	361,52	377,04	370,83

*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