CARDÁPIO – Centro Educacional Antônio Papini FAIXA ETÁRIA 0 a 02 anos PERÍODO (*parcial e integral*)
Nutricionista: Cecilia Talharo Yoshizaki CRN 31469. Mês: Março/2024

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Data** | **Café da manhã** **07hs** | **Lanche da manhã 09hs** | **Almoço** **10:30hs** | **Hora do mama** **12hs** | **Lanche da tarde 13:30hs** | **Jantar** **15:30hs** |
| 04/03 (2a feira)  | Pão Caseiro/FÓRMULA | Fruta  | Batata/cenoura cozido, arroz branco, feijão carioca, carne moída com molho de tomate.  | Fórmula  | Fruta  | Sopa de legumes com carne moída |
| 05/03 (3a feira) | Pão Caseiro/FÓRMULA | Fruta | Lentilha cozida/ arroz branco/feijão carioca/frango em molho de tomate  | Fórmula | Fruta | Canja (arroz, batata, cenoura, abobrinha, frango e cheiro verde) |
| 06/03 (4a feira) | Pão Caseiro/FÓRMULA | Fruta | Brócolis cozido/arroz branco/feijão carioca/carne bov. desfiada  | Fórmula | Fruta | Papa de abóbora com batata, tomate, abobrinha, espinafre, macarrão e carne em cubos |
| 07/03(5a feira) | Pão Caseiro/FÓRMULA | Fruta | Purê de abóbora/arroz branco/feijão carioca/carne moída  | Fórmula | Fruta | Papa de lentilha com batata, abóbora, abobrinha, tomate, macarrão e cheiro verde |
| 08/03 (6a feira) | Pão Caseiro/FÓRMULA | Fruta | Chuchu e ovos cozido/arroz branco/feijão carioca/carne suína desfiada. | Fórmula | Fruta | Polenta de fubá com frango desfiado |
|  |  |  |  |  |  |  |
| 11/03 (2a feira)  | Pão Caseiro/FÓRMULA | Fruta | Purê de batata doce/arroz branco/feijão carioca/carne moída com cenoura  | Fórmula | Fruta | Caldo de feijão com macarrão |
| 12/03 (3a feira) | Pão Caseiro/FÓRMULA | Fruta | Cenoura, chuchu e ovos cozido/arroz branco/feijão carioca/carne bov. desfiada  | Fórmula | Fruta | Sopa de feijão com macarrão |
| 13/03 (4a feira) | Pão Caseiro/FÓRMULA | Fruta | Batata e pepino ralado/arroz branco/feijão carioca/frango em molho tomate | Fórmula | Fruta | Canja (arroz, batata, cenoura, abobrinha, frango e cheiro verde) |
| 14/03 (5a feira) | Pão Caseiro/FÓRMULA | Fruta | Purê de mandioca com tomate/arroz branco/feijão carioca/carne suína desfiada | Fórmula | Fruta | Papa de mandioquinha com cenoura, abobrinha, macarrão, frango e cheiro verde |
| 15/03 (6a feira) | Pão Caseiro/FÓRMULA | Fruta | Arroz branco/ feijão carioca/ carne moída com abobrinha/ polenta cremosa. | Fórmula | Fruta | Sopa de feijão com macarrão |
|  |  |  |  |  |  |  |
| 18/03 (2a feira)  | Pão Caseiro/FÓRMULA | Fruta | Abobrinha cozido/ arroz branco/ feijão carioca/ carne bov desfiada com batata doce  | Fórmula | Fruta | Sopa de legumes com carne moída |
| 19/03 (3a feira) | Pão Caseiro/FÓRMULA | Fruta | Ovos mexidos com cenoura, abobrinha e cheiro verde/arroz branco/ feijão carioca  | Fórmula | Fruta | Canja (arroz, batata, cenoura, abobrinha, frango e cheiro verde) |
| 20/03 (4a feira) | Pão Caseiro/FÓRMULA | Fruta | Purê de batata/ arroz branco/ feijão carioca/ frango com cenoura e brócolis  | Fórmula | Fruta | Papa de abóbora com batata, tomate, abobrinha, espinafre, macarrão e carne em cubos |
| 21/03 (5a feira) | Pão Caseiro/FÓRMULA | Fruta | Arroz branco/ feijão carioca/ macarrão ao molho de tomate/ carne bov com cenoura  | Fórmula | Fruta | Papa de lentilha com batata, abóbora, abobrinha, tomate, macarrão e cheiro verde |
| 22/03 (6a feira) | Pão Caseiro/FÓRMULA | Fruta | Batata e cenoura cozido/ arroz branco/ feijão carioca/ carne suína desfiada.  | Fórmula | Fruta | Polenta de fubá com frango desfiado |
|  |  |  |  |  |  |  |
| 25/03 (2a feira)  | Pão Caseiro/FÓRMULA | Fruta | Arroz branco/ feijão carioca/ omelete com cenoura, tomate e cheiro verde.  | Fórmula | Fruta | Caldo de feijão com macarrão |
| 26/03 (3a feira) | Pão Caseiro/FÓRMULA | Fruta | Batata, cenoura e brócolis cozido/arroz branco/feijão carioca/carne moída  | Fórmula | Fruta | Sopa de feijão com macarrão |
| 27/03 (4a feira) | Pão Caseiro/FÓRMULA | Fruta | Abóbora cozida/arroz branco/feijão carioca/ carne bov com batata | Fórmula | Fruta | Canja (arroz, batata, cenoura, abobrinha, frango e cheiro verde) |
| 28/03 (5a feira) | Pão Caseiro/FÓRMULA | Fruta | Purê de batata/arroz branco/feijão carioca/frango com cenoura e brócolis  | Fórmula | Fruta | Papa de mandioquinha com cenoura, abobrinha, macarrão, frango e cheiro verde |
| 29/03 (6a feira) | **FERIADO NACIONAL** |

**Cardápio sujeito a alteração, devido à sazonalidade dos alimentos, bem como fatores internos de produção.** Não oferecer alimentos com adição de açúcar. Todos os alimentos deverão estar bem cozidos e picados em pedaços pequenos. O feijão deverá ser servido com grãos bem cozidos e com caldo grosso. Alunos com necessidades alimentares especiais serão atendidos de acordo com os protocolos de dietas especiais com adaptações deste cardápio.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Informação Nutricional (média semanal)\* | Energia (Kcal) | Carboidratos (g) | Proteínas (g) | Lipídeos (g) | Cálcio (mg) | Ferro (mg) | Vit. A (mcg) | Vit. C (mg)  |
| **886** | **133** | **33** | **27** | **527** | **4,43** | **1112** | **119** |

Cálculo nutricional do cardápio de creche (0 a 2 anos) em período integral – planejado para atender 70% das necessidades nutricionais diárias, conforme disposto na Resolução FNDE nº 06, de 08 de maio de 2020, e Resolução FNDE nº 20, de 02 de dezembro de 2020.