|  |
| --- |
| **0Lista de Cardápios - Campina das Missões/RS** |



|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **CARDÁPIO CRECHE BRIZOLA** | **Nutrição Diária:**70%**Faixa Etária:** maior de 2 anos**Alunos Atendidos:**65 | **Categoria:** Creche**Refeições:** Desjejum/Café da Manhã, Almoço e Lanche da Tarde**Período:** Mês de junho, julho, agosto e setembro / 2025 (semana 1 e 3) | **Responsável(eis):**GABRIELA MULLER DOS PASSOS: CRN: 02/6163 |
|  |
|  | **Segunda** | **Terça** | **Quarta** | **Quinta** | **Sexta** |
| Desjejum/Café da Manhã | **Leite / Banana / ovo cozido ou omelete / iogurte natural** | **Leite / Morango / Mamão/ ovo cozido ou omelete** | **Leite /Mamão/ Banana / pão + creme de leite (nata)** | **Leite / Banana/ Mamão/ Queijo** | **Leite /Banana, / Maçã / ovo cozido ou omelete** |
| Almoço | **Arroz cozido, Feijão preto, cozido, Carne moída ao molho + salada de Cenoura** | **Arroz cozido, Feijão preto, cozido, Batatinha ou batata doce cozida + Frango ao molho + salada beterraba** | **Macarrão cozido, Frango ao molho, Lentilha cozida + Arroz + salada de Beterraba cozida** | **Arroz Carreteiro, Feijão, preto, cozido, Repolho, branco + fruta** | **Arroz cozido, legumes refogados (Cenoura, Abóbora, Batata) Carne picada com molho, Feijão, preto, cozido e salada de Beterraba** |
| Lanche da Tarde | **Sopa de legumes / fruta** | **Pastel de carne / milho cozido / fruta** | **Sopa de legumes / fruta / rosquinha** | **Macarrão cozido e Frango ao molho / fruta / iogurte natural** | **Panqueca de carne / sopa de legumes / fruta** |



|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **CARDÁPIO CRECHE BRIZOLA** | **Nutrição Diária:**70%**Faixa Etária:** maior de 2 anos**Alunos Atendidos:**65 | **Categoria:** Creche**Refeições:** Desjejum/Café da Manhã, Almoço e Lanche da Tarde**Período:** Mês de junho, julho, agosto e setembro / 2025 (semana 2 e 4) | **Responsável(eis):**GABRIELA MULLER DOS PASSOS: CRN: 02/6163 |

|  |
| --- |
| **Escola:** |
|  | **Segunda** | **Terça** | **Quarta** | **Quinta** | **Sexta** |
| Desjejum/Café da Manhã | **Leite + Pão de leite / francês, Creme de Leite (nata) + Banana** | **Leite + Morango, ovo cozido ou omelete** | **Leite + Banana, + ovo cozido ou omelete** | **Leite + Mamão, Formosa + Queijo** | **Leite + Morango + Mamão, Pão de leite / francês, Creme de Leite (nata)** |
| Almoço | **Arroz cozido, Feijão preto, cozido, Carne, bovina cozida e Repolho, branco, cru** | **Batatinha + Arroz+ Lentilha, cozida e Frango ao molho + beterraba cozida** | **Macarrão cozido, Carne moída ao molho + Arroz cozido, Feijão preto, cozido e salada de cenoura** | **Arroz + Frango ao molho + Polenta + Repolho, branco, cru e Abóbora** | **Arroz, tipo 1, cozido, Feijão, preto, cozido, Batatinha / purê + Frango ao molho + beterraba** |
| Lanche da Tarde | **Macarrão cozido e Frango ao molho** / fruta | **Sopa / caldo de legumes / fruta** | **Guisado de batatinha com carne / fruta** | **Caldo de legumes / fruta / rosquinha** |  **Carreteiro / fruta** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Composição nutricional | Energia (kcal) | CHO (g) | PTN (g) | LPD (g) | Fibras (g) | Retinol (mcg) | Vitamina C (mg) | Ca (mg) | Fe (mg) | Mg (mg) | Zn (mg) | Na (mg) |
| **Média semanal** | 1.245,25 | 160,19 | 45,8 | 33,21 | 15,14 | 150,25 | 125,25 | 500,30 | 5,8 | 150,78 | 8,2 | 920,36 |