

Educação Infantil

PREFEITURA MUNICIPAL **DE CAMPO MAGRO**





CARDÁPIO NOVEMBRO/DEZEMBRO 2025

Nutrição Diária:

70%

Categoria: Creche

Refeições:

Nutricionistas:

Andréa R.M.Santos

CRN8 6992

Lanche da manhã Ana Livia Ribas V.

		NOVE	MDDA				
			03/11/2	2025 à 17/12/20	025		
			Períod	0:		CRN8 17	
		1100	Jantar			Themis M	^a V.M.Pinheiro
	8 meses a 3 a	nos	Lanch	e da tarde			,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,
CIME	Faixa Etária:		Almoç	0		CRN8 149	903

	NOVEMBRO									
	Segunda (03)	Terça (04)	Quarta (05)	Quinta (06)	Sexta (07)					
	Biscoito de	Bolo de fubá	Virado de ovos	Pão sem	Canjica sem					
	polvilho	sem lactose	Chá de	lactose com	lactose					
Lanche da	Chá de erva	Suco de laranja	camomila	manteiga						
manhã	doce			Leite sem						
mama				lactose com						
				cacau						
	Energia:133,0kcal	Energia: 108,37kcal	Energia: 192,7kcal	Energia: 246,48kcal	Energia: 165,14kcal					
	Arroz branco	Arroz branco	Polenta cozida	Arroz branco	Arroz branco					
	Feijão preto	Lentilha	Carne suína	Feijão preto	Feijão carioca					
	Carne de	Frango ao	desfiada	Macarrão	Purê de batata					
	panela com	molho	Salada	Carne moída	sem lactose					
Almoço	batatas	Legumes		ao molho de	Bife grelhado					
	Salada			tomate	Salada					
				Salada						
	Energia: 301,0kcal	Energia: 409,69kcal	Energia: 204kcal	Energia: 329,77kcal						
					Energia: 315,59kcal					
Lanche da	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta					
					Energia: 22kcal					
tarde	Energia: 36,61kcal	Energia:33,31kcal	Energia: 22,7kcal	Energia: 28,54kcal	Lifergia. 22kcai					
	Quirera com	Sopa de frango	Sopa de fubá	Sopa de feijão	Sopa de carne					
	carne desfiada	com legumes	com carne		com legumes					
Jantar			suína							
	Energia: 118,95kcal	Energia: 193,72kcal	Energia: 221,5kcal	Energia: 239,59kcal	Energia: 248,94kcal					

Composição nutricional	Energia (kcal)	CHO(g)	PTN(g)	LPD(g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vitamina C (mg)	Sódio (mg)
Média semanal	713,25	105	37	17	154,45	4,74	2391,93	41,31	394,24







		NOVEN	/IBRO		
	Segunda (10)	Terça (11)	Quarta (12)	Quinta (13)	Sexta (14)
	Mingau de	Salada de frutas	Vitamina de	Pão sem	Sagu de uva
Lanche da	aveia sem		fruta sem	lactose com	com creme
manhã	lactose com		lactose	ovos mexidos	branco sem
mama	cacau Energia: 220kcal	Energia:161,5kcal	Energia:150,68kcal	Chá de hortelã Energia: 111,25kcal	lactose Energia: 171,57kcal
	Arroz branco	Quirera com	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco
	Feijão carioca	carne suína	Feijão preto	Feijão carioca	Feijão preto
	Filé de frango	Legumes	Purê de batata	Coxa e	Iscas de carne
Almoço	em cubos		sem lactose	sobrecoxa	com legumes
Aimoço	Salada		Carne moída	cozidas	Salada
			refogada	Legumes	
			Salada		
	Energia: 298,9kcal	Energia: 224,66kcal	Energia: 287,68kcal	Energia: 395,2kcal	Energia:282,71kcal
Lanche da	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
tarde	Energia:28,54kcal	Energia: 22,7kcal	Energia:33,31kcal	Energia:36,61kcal	Energia: 22kcal
	Sopa de frango	Sopa de feijão	Macarrão com	Canja de	Sopa de carne
	com legumes	com macarrão	carne moída	galinha	com legumes
Jantar	Energia:193,72kcal	Energia: 221,5kcal	Energia:259,38kcal	Energia:145kcal	Energia: 182,5kcal

Composição nutricional	Energia (kcal)	CHO(g)	PTN(g)	LPD(g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vitamina C (mg)	Sódio (mg)
Média semanal	711,9	105	38	17	129,36	5,00	149,66	27,5	372,39

				NOVE	EMBRO					
	Segund	la (17)	Terça	(18)	Quarta	(19)	Quinta	(20)	Sexta (2	21)
Lanche da manhã	Biscoito o polvilho Chá de e doce Energia:133.	erva	Bolo de sem lac Suco de	tose Iaranja	Virado de Chá de camomila Energia: 192,	1	FERIAL	00	RECES	so
Almoço	Arroz bra Feijão pr Carne de panela co batatas Salada Energia: 301	eto e om	nco Arroz branco Polenta co Lentilha Carne suír Frango ao desfiada om molho Salada Legumes		ína	FERIA	DO	RECES	SO	
Lanche da tarde	Fruta Energia: 36,6	61kcal	Fruta Energia:33,	31kcal	Fruta Energia: 22,7kcal		FERIA	DO	RECES	so
Jantar	Quirera de carne de	com sfiada	Sopa de com leg	frango jumes	Sopa de fubá com carne suína Energia: 221,5kcal		FERIA	DO	RECES	so
Composição nutricional	Energia (kcal)	CHO(g)	PTN(g)	LPD(g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vitamina C (mg)	Sódio (mg)	
Média semanal	713,25	105	37	17	154,45	4,74	2391,93	41,31	394,24	







		NOVE	/IBRO		
	Segunda (24)	Terça (25)	Quarta (26)	Quinta (27)	Sexta (28)
Lanche da manhã	Mingau de aveia sem lactose com cacau Energia: 220kcal	Salada de frutas Energia:161,5kcal	Vitamina de fruta sem lactose	Pão sem lactose com ovos mexidos Chá de hortelã Energia: 111,25kcal	Sagu de uva com creme branco sem lactose Energia: 171,57kcal
Almoço	Arroz branco Feijão carioca Filé de frango em cubos Salada Energia: 298,9kcal Quirera com carne suína Legumes Energia: 224,66kcal		Arroz branco Feijão preto Purê de batata sem lactose Carne moída refogada Salada Energia: 287,68kcal	Arroz branco Feijão carioca Coxa e sobrecoxa cozidas Legumes Energia: 395,2kcal	Arroz branco Feijão preto Iscas de carne com legumes Salada
Lanche da tarde	Fruta Energia:28,54kcal	Fruta Energia: 22,7kcal	Fruta Energia:33,31kcal	Fruta Energia:36,61kcal	Fruta Energia: 22kcal
Jantar	Sopa de frango com legumes Energia:193,72kcal	Sopa de feijão com macarrão Energia: 221,5kcal	Macarrão com carne moída Energia:259,38kcal	Canja de galinha Energia:145kcal	Sopa de carne com legumes Energia: 182,5kcal

Composição nutricional	Energia (kcal)	CHO(g)	PTN(g)	LPD(g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vitamina C (mg)	Sódio (mg)
Média semanal	711,9	105	38	17	129,36	5,00	149,66	27,5	372,39

		DEZE	MBRO		
	Segunda (01)	Terça (02)	Quarta (03)	Quinta (04)	Sexta (05)
Lanche da manhã	Biscoito de polvilho Chá de erva doce	Bolo de fubá sem lactose Suco de laranja Energia: 108,37kcal	Virado de ovos Chá de camomila	Pão sem lactose com manteiga Leite sem lactose com cacau Energia: 246,48kcal	Canjica sem lactose
Almoço	Arroz branco Feijão preto Carne de panela com batatas Salada Energia: 301,0kcal	Arroz branco Lentilha Frango ao molho Legumes	Polenta cozida Carne suína desfiada Salada	Arroz branco Feijão preto Macarrão Carne moída ao molho de tomate Salada Energia: 329,77kcal	Arroz branco Feijão carioca Purê de batata sem lactose Bife grelhado Salada Energia: 315,59kcal
Lanche da tarde	Fruta Energia: 36,61kcal	Fruta Energia:33,31kcal	Fruta Energia: 22,7kcal	Fruta Energia: 28,54kcal	Fruta Energia: 22kcal
Jantar	Quirera com carne desfiada Energia: 118,95kcal	Sopa de frango com legumes Energia: 193,72kcal	Sopa de fubá com carne suína Energia: 221,5kcal	Sopa de feijão Energia: 239,59kcal	Sopa de carne com legumes Energia: 248,94kcal







Composição nutricional	Energia (kcal)	CHO(g)	PTN(g)	LPD(g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vitamina C (mg)	Sódio (mg)
Média semanal	713,25	105	37	17	154,45	4,74	2391,93	41,31	394,24

		DEZEN	MBRO		
	Segunda (08)	Terça (09)	Quarta (10)	Quinta (11)	Sexta (12)
Lanche da manhã	Mingau de aveia sem lactose com cacau Energia: 220kcal	Salada de frutas Energia:161,5kcal	Vitamina de fruta sem lactose Energia:150,68kcal	FERIADO	Sagu de uva com creme branco sem lactose Energia: 171,57kcal
Almoço	Arroz branco Feijão carioca Filé de frango em cubos Salada	Quirera com carne suína Legumes	Arroz branco Feijão preto Purê de batata sem lactose Carne moída refogada Salada Energia: 287,68kcal	FERIADO	Arroz branco Feijão preto Iscas de carne com legumes Salada
Lanche da tarde	Fruta Energia:28,54kcal	Fruta Energia: 22,7kcal	Fruta Energia:33,31kcal	FERIADO	Fruta Energia: 22kcal
Jantar	Sopa de frango com legumes Energia:193,72kcal	Sopa de feijão com macarrão Energia: 221,5kcal	Macarrão com carne moída Energia:259,38kcal	FERIADO	Sopa de carne com legumes Energia: 182,5kcal

Composição nutricional		CHO(g)	PTN(g)	LPD(g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vitamina C (mg)	Sódio (mg)
Média semanal	711,9	105	38	17	129,36	5,00	149,66	27,5	372,39

DEZEMBRO							
	Segunda (15)	Terça (16)	Quarta (17)	Quinta (18)	Sexta (19)		
Lanche da manhã	Biscoito de polvilho Chá de erva doce Energia:133,0kcal	Bolo de fubá sem lactose Suco de laranja	Virado de ovos Chá de camomila Energia: 192,7kcal	FÉRIAS	FÉRIAS		
Almoço	Arroz branco Feijão preto Carne de panela com batatas Salada Energia: 301,0kcal	Arroz branco Lentilha Frango ao molho Legumes	Polenta cozida Carne suína desfiada Salada	FÉRIAS	FÉRIAS		
Lanche da tarde	Fruta Energia: 36,61kcal	Fruta Energia:33,31kcal	Fruta Energia: 22,7kcal	FÉRIAS	FÉRIAS		







Jantar	Quirera com carne desfiada	Sopa de frango com legumes	Sopa de fubá com carne suína	FÉRIAS	FÉRIAS
	Energia: 118,95kcal	Energia: 193,72kcal	Energia: 221,5kcal		

Composição nutricional	Energia (kcal)	CHO(g)	PTN(g)	LPD(g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vitamina C (mg)	Sódio (mg)
Média semanal	713,25	105	37	17	154,45	4,74	2391,93	41,31	394,24

- * A oferta de frutas do dia poderá ser utilizada conforme o grau de maturação, devendo ser alternada a cada dia.
- * A oferta de saladas e legumes do dia deverá ser utilizada conforme fornecimento, priorizando duas opções por dia conforme grau de maturação e alternando a cada dia.
- * O cardápio poderá sofrer alterações sem aviso prévio, devido intercorrências de fornecimento.