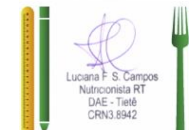




Cardápio Creches



Mês de Março



EDUCAÇÃO INFANTIL BERÇÁRIO e MATERNAL

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR DE TIETÊ 2022

SERVIÇOS	TURMAS	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
		07/03/2022	08/03/2022	09/03/2022	10/03/2022	11/03/2022
ENTRADA	Opcional	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
COLAÇÃO	Berçário 1			Mingau sabor coco	Vitamina de banana, mamão e laranja	Purê de pera
	Berçário 2 e Maternais			Mingau sabor coco	Suco de mamão e pão de leite com requeijão	Suco de laranja com pera e pão com patê de cenoura
ALMOÇO	Berçário 1			Macarrão aletria com peito de frango colorido com legumes.	Feijão, arroz, carne desfiada com batata, acelga, tomate e cheiro verde.	Feijão, arroz, frango com mandioquinha, couve e tomate
	Berçário 2 e Maternais			Macarrão parafuso com peito de frango colorido com legumes. Salada de alface. Maçã	Arroz, feijão, carne desfiada com batata e cheiro verde verde. Salada de acelga com tomate. Laranja	Arroz, Feijão, frango com mandioquinha e cheiro verde. Salada de pepino com tomate. Goiaba
LANCHE DA TARDE	Berçários			Purê de batata com carne desfiada, tomate e cheiro verde	Cuscuz mole com frango desfiado, tomate, cenoura, vagem e cheiro verde	Polenta com molho de tomate natural e manjerição
	Berçário 2 e Maternais			Pão de leite com carne desfiada, tomate e cheiro verde. Laranja		
SAÍDA	Opcional	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite

Bebês com idade de 04 e 05 meses deverão receber apenas o leite integral, de preferência materno ou fórmula infantil.

Deve-se observar a evolução dos bebês, que poderão receber a alimentação do almoço com a consistência igual a do berçário 2, antes do 10º mês de idade.

Os alimentos deverão ser bem cozidos e amassados com garfo. *Purê = leite zero lactose - **Alérgicos:** legume amassado com água e condimentos) *Patê = com ricota - **Alérgicos:** sem ricota (segue B1 para o recheio)

No primeiro ano de vida, não é recomendado que os alimentos sejam muito misturados, porque a criança está aprendendo a conhecer novos sabores e texturas.

Substituto do leite de vaca integral para alunos com restrição será o leite de soja (alimento a base de soja) e ou suco de frutas.

Idade	Média nutricional semanal										
	Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Fibras (g)	Vitaminas A (µg) C (mg)		Minerais (mg) Ca Fe Mg Zn			
7 - 11 Meses	500	85	16	10	N.A	360	40	210	8,5	90	2,5
1 - 2 anos	715	120	25	15	10	350	25	380	8	95	3



Idade	Média nutricional semanal										
	Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Fibras (g)	Vitaminas A (µg) C (mg)		Minerais (mg) Ca Fe Mg Zn			
2 - 3 anos	770	122	26	20	13	350	25	380	8	200	4



Cardápio Creches



Mês de Março



EDUCAÇÃO INFANTIL BERÇÁRIO e MATERNAL ALIMENTAÇÃO ESCOLAR DE TIETÊ_2022

SERVIÇOS	TURMAS	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
		14/03/2022	15/03/2022	16/03/2022	17/03/2022	18/03/2022
ENTRADA	Opcional	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
COLAÇÃO	Berçário 1	Maçã cozida	Salada de Futas	Abacate com limão e sal	Mix de manga com banana prata	Melão
	Berçário 2 e Maternais	Suco de laranja com maçã e ovo mexido	Salada de Futas	Suco de laranja com cenoura e pão de leite com patê de abacate	Mix de manga com banana prata	Suco de melão com maçã e hortelã e Pão de leite com requeijão
ALMOÇO	Berçário 1	Feijão, arroz, peito de frango desfiado com abóbora, couve e tomate.	Feijão Preto, arroz, carne suína desfiada, couve-flor, acelga e beterraba	Polenta mole com carne desfiada com chuchu, couve e tomate	Feijão, arroz, frango desfiado, batata, brócolis e tomate	Macarrão aletria com carne desfiada, abobrinha, vagem e espinafre
	Berçário 2 e Maternais	Arroz, feijão, peito de frango com abóbora e cheiro verde. Salada de repolho. Melão	Arroz, Feijão Preto, carne suína com couve flor. Salada de beterraba cozida com cheiro verde. Laranja	Arroz, Polenta com carne desfiada e molho de tomate natural. Salada de chuchu. Banana Prata	Arroz, feijão, frango com brócolis. Salada de alface. Mamão	Macarrão parafuso com carne desfiada e espinafre. Salada de tomate. Manga
LANCHE DA TARDE	Berçário 1	Macarrão aletria com ricota e espinafre	Purê de batata doce com frango desfiado	Baião de dois com ricota, tomate e cheiro verde	Escondidinho de abóbora cabochá com carne desfiada e cheiro verde.	Risoto de frango com cenoura e brócolis
	Berçário 2 e Maternais		Pão de leite com patê de frango com cenoura e suco de Goiaba			
SAÍDA	Opcional	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite

Bebês com idade de 04 e 05 meses deverão receber apenas o leite integral, de preferência materno ou fórmula infantil.

Deve-se observar a evolução dos bebês, que poderão receber a alimentação do almoço com a consistência igual a do berçário 2, antes do 10º mês de idade.

Os alimentos deverão ser bem cozidos e amassados com garfo. *Purê = leite zero lactose - Alérgicos: legume amassado com água e condimentos) *Patê = com ricota - Alérgicos: sem ricota (segue B1 para o recheio)

No primeiro ano de vida, não é recomendado que os alimentos sejam muito misturados, porque a criança está aprendendo a conhecer novos sabores e texturas.

Substituto do leite de vaca integral para alunos com restrição será o leite de soja (alimento a base de soja) e ou suco de frutas.

Média nutricional semanal											
Idade	Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Fibras (g)	Vitaminas		Minerais (mg)			
						A (µg)	C (mg)	Ca	Fe	Mg	Zn
7 - 11 Meses	500	85	16	10	N.A	360	40	210	8,5	90	2,5
1 - 2 anos	715	120	25	15	10	350	25	380	8	95	3

Média nutricional semanal											
Idade	Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Fibras (g)	Vitaminas		Minerais (mg)			
						A (µg)	C (mg)	Ca	Fe	Mg	Zn
2 - 3 anos	770	122	26	20	13	350	25	380	8	200	4





Cardápio Creches



Mês de Março



EDUCAÇÃO INFANTIL  BERÇÁRIO e MATERNAL			ALIMENTAÇÃO ESCOLAR DE TIETÊ 2022			
SERVIÇOS	TURMAS	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
		21/03/2022	22/03/2022	23/03/2022	24/03/2022	25/03/2022
ENTRADA	Opcional	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
COLAÇÃO	Berçário 1	Pera cozida	Melão	Banana amassada	Purê de goiaba com mamão	Mingau de fruta (banana prata amassada com suco de laranja e aveia)
	Berçário 2 e Maternais	Suco de laranja com pera e ovo mexido	Suco de melão com laranja e pão de leite com requeijão	Vitamina de banana e pão de leite com patê (ricota com cenora)	Mix de goiaba e mamão	Suco de laranja com beterraba e pão de leite com requeijão
ALMOÇO	Berçário 1	Feijão, arroz, frango, mandioca, espinafre e tomate.	Feijão, Arroz, carne desfiada, chuchu, cenoura, acelga e tomate	Feijão, arroz, frango, batata, brócolos e tomate	Feijão, arroz, carne desfiada, abobrinha, couve e tomate	Macarrão cabelinho de anjo com frango, cenoura, vagem, tomate e cheiro verde
	Berçário 2 e Maternais	Arroz, feijão, peito de frango com mandioca e espinafre. Salada de cenoura ralada. Goiaba	Arroz, feijão, carne desfiada com chuchu, cenoura e cheiro verde. Salada de acelga. Maçã	Arroz, feijão, frango com mandioquinha e cheiro verde. Salada de alface. Laranja	Arroz, feijão, carne desfiada com abobrinha e cheiro verde. Salada de tomate. Manga	Macarrão parafuso com frango, cenoura e tomate. Salada de chuchu com vagem. Banana Prata
LANCHE DA TARDE	Berçário 1	Macarrão cabelinho de anjo com carne desfiada e molho de tomate natural. Laranja	Purê de batata e frango desfiado com brócolos	Abóbora cabocha com carne suína desfiada, tomatae e cheiro verde	Polenta com frango e molho de tomate natural	Pavê de aniversário* e Suco de goiaba
	Berçário 2 e Maternais					
SAÍDA	Opcional	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite

Bebês com idade de 04 e 05 meses deverão receber apenas o leite integral, de preferência materno ou fórmula infantil.

Deve-se observar a evolução dos bebês, que poderão receber a alimentação do almoço com a consistência igual a do berçário 2, antes do 10º mês de idade.

Os alimentos deverão ser bem cozidos e amassados com garfo. *Purê = leite zero lactose - **Alérgicos:** legume amassado com água e condimentos) *Patê = com ricota - **Alérgicos:** sem ricota (segue B1 para o recheio)

No primeiro ano de vida, não é recomendado que os alimentos sejam muito misturados, porque a criança está aprendendo a conhecer novos sabores e texturas.

Substituto do leite de vaca integral para alunos com restrição será o leite de soja (alimento a base de soja) e ou suco de frutas.

Média nutricional semanal											Média nutricional semanal														
Idade	Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lípidios (g)	Fibras (g)	Vitaminas		Minerais (mg)					Idade	Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lípidios (g)	Fibras (g)	Vitaminas		Minerais (mg)				
						A (µg)	C (mg)	Ca	Fe	Mg	Zn	A (µg)							C (mg)	Ca	Fe	Mg	Zn		
7 - 11 Meses	500	85	16	10	N.A	360	40	210	8,5	90	2,5	2 - 3 anos	770	122	26	20	13	350	25	380	8	200	4		
1 - 2 anos	715	120	25	15	10	350	25	380	8	95	3														





Cardápio Creches



Mês de Março



EDUCAÇÃO INFANTIL BERÇÁRIO e MATERNAL

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR DE TIETÊ 2022

SERVIÇOS	TURMAS	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
		28/03/2022	29/03/2022	30/03/2022	31/03/2022	01/04/2022
	TODOS	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
LANCHE DA MANHÃ	Berçário 1	Abacate com maçã e leite em pó	Purê de manga	Maçã cozida	Banana nanica amassada	Purê mix de banana prata, mamão e manga
	Berçário 2 e Maternais	Abacate com maçã e leite em pó	Suco de manga com laranja e pão de leite com ricota	Suco de laranja com cenoura e pão de leite com requeijão	Milk Shake de banana com chocolate	Mix de banana prata, mamão e manga
ALMOÇO	Berçário 1	Arroz, polenta mole com frango desfiado com vagem, cenoura, repolho e tomate.	Feijão, arroz, carne desfiada, batata, cenoura, espinafre e tomate	Feijão, arroz, frango, abóbora, espinafre e tomate	Feijão, arroz, carne desfiada, mandioquinha, acelga, tomate e cheiro verde	Feijão, arroz, frango, batata, brócolos e tomate
	Berçário 2 e Maternais	Arroz, Polenta recheada com frango e molho de tomate natural. Salada de repolho com cenoura. Goiaba	Arroz, feijão, carne desfiada com espinafre e tomate. Salada de beterraba cozida. Melão	Arroz, Feijão, frango com abóbora e cheiro verde. Salada de alface. Maçã	Arroz, feijão, carne com mandioquinha e cheiro verde. Salada de acelga. Manga	Arroz, Feijão, Frango assado com batata. Salada de pepino com tomate. Mexerica
LANCHE DA TARDE	Berçário 1	Purê de batata doce e carne suína desfiada com espinafre. Laranja	Purê de mandioquinha e frango desfiado com cheiro verde	Macarrão cabelinho de anjo com brócolos e tomate (maternal servir com queijo ralado) Melão	Purê de cenoura com frango desfiado com tomate e cheiro verde	Escondidinho de batata com carne desfiada. Laranja
	Berçário 2 e Maternais					
	Opcional	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite

Bebês com idade de 04 e 05 meses deverão receber apenas o leite integral, de preferência materno ou fórmula infantil.

Deve-se observar a evolução dos bebês, que poderão receber a alimentação do almoço com a consistência igual a do berçário 2, antes do 10º mês de idade.

Os alimentos deverão ser bem cozidos e amassados com garfo. *Purê sem leite (legume amassado com água e condimentos)

No primeiro ano de vida, não é recomendado que os alimentos sejam muito misturados, porque a criança está aprendendo a conhecer novos sabores e texturas.

Substituto do leite de vaca integral para alunos com restrição será o leite de soja (alimento a base de soja) e ou suco de frutas.

Idade	Média nutricional semanal										
	Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Fibras (g)	Vitaminas		Minerais (mg)			
						A (µg)	C (mg)	Ca	Fe	Mg	Zn
7 - 11 Meses	500	85	16	10	N.A	360	40	210	8,5	90	2,5
1 - 2 anos	715	120	25	15	10	350	25	380	8	95	3



Idade	Média nutricional semanal										
	Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Fibras (g)	Vitaminas		Minerais (mg)			
						A (µg)	C (mg)	Ca	Fe	Mg	Zn
2 - 3 anos	770	122	26	20	13	350	25	380	8	200	4