**PREFEITURA MUNICIPAL DE VARGEÃO – SC**

**CARDÁPIO 1 – 3 anos / JUNHO 2015**

**CRECHE MUNICIPAL CRIANÇA SAPECA**

 Segunda-feira Terça-feira Quarta-feira Quinta-feira Sexta-feira Média valor nutricional/dia

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **DESJEJUN****8:00 hrs** | - Leite c/ achocolatado- Pão doce | - Leite c/ café- Pão com doce de fruta | - Leite c/ achocolatado- Pão integral c/ margarina | - Leite c/ café - Pão com doce de fruta | - Leite c/ achocolatado- Pão integral c/ margarina | **- Kcal: 810,00kcal****- Carboidratos: 120,0g****- Proteínas: 28g****- Lipídios: 23g****- Vit.A: 350mg****- Vit.C: 45mg****- Magnésio: 87mg****- Ferro: 6mg****- Zinco: 3mg****- Cálcio: 315mg****- Fibras: 22g** |
| **ALMOÇO****11:00 hrs** | - Feijão- Arroz- Polenta- Carne moída ao molho- Alface e repolho | - Risoto c/ legumes- Beterraba e cenoura- Ovo mexido  | - Arroz- Feijão- Polenta - Carne suína assada- Alface e cenoura | - Macarrão ao molho c/ carne moída- Batata ao molho - Ovo cozido - Alface e tomate | - Arroz- Feijão- Mandioca cozida- Coxa de frango ao molho - Beterraba e cenoura |
| **LANCHE****13:00 hrs** | - Biscoito- Chá  | - Banana- Laranja | - Banana- Mamão | - Mamão- Maçã  | - Gelatina- Maçã |
| **LANCHE****15:00 hrs** | - Sopa de feijão c/ massa e batatinha- Pão | - Sopa branca de arroz, batatinha e legumes- Pão | - Sopa de feijão c/ massa e batatinha- Pão |  - Sopa branca de arroz, batatinha e legumes.- Pão | - Bolo de maçã ou fubá- Laranja - Bebida láctea |

----------------------------------------

Nutricionista Reges Costa

CRN10 – 2321

**PREFEITURA MUNICIPAL DE VARGEÃO – SC**

**CARDÁPIO 7 – 11 MESES / JUNHO 2015**

**CRECHE MUNICIPAL CRIANÇA SAPECA**

 Segunda-feira Terça-feira Quarta-feira Quinta-feira Sexta-feira Média valor nutricional/dia

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **DESJEJUN****8:00** | - Leite - Pão doce | - Leite - Pão com doce de fruta | - Leite - Pão integral c/ margarina  | - Leite - Pão com doce de fruta | - Leite - Pão integral c/ margarina  | **- Kcal: 600,00kcal****- Carboidratos: 90,0g****- Proteínas: 20,0g****- Lipídios: 17g****- Vit.A: 361mg****- Vit.C: 40mg****- Magnésio: 48mg****- Ferro: 5,0mg****- Zinco: 2,0mg****- Cálcio: 200mg****- Fibras: -** |
| **ALMOÇO****11:00** | - Sopa de legumes (3 variedades) c/ arroz e frango- Caldo de feijão | - Sopa de feijão c/ legumes (3 variedades) massa e carne suína | - Sopa de legumes (3 variedades) c/ arroz e frango- Caldo de feijão | - Sopa de feijão c/ legumes (3 variedades) massa e carne suína | - Sopa de legumes (3 variedades) c/ arroz e frango- Caldo de feijão |
| **LANCHE****13:00** | - Biscoito- Leite quente | - Banana- Laranja | - Maçã- Mamão | - Banana- Laranja  | - Gelatina- Banana |
| **LANCHE****15:00** | - Sopa de feijão c/ massa e batatinha  | - Bolo de chocolate- Suco natural de laranja | - Sopa branca de arroz, batatinha e legumes  | - Sopa de feijão c/ massa - Pão caseiro  |  - Bolo de maçã ou fubá- Bebida láctea |

 ----------------------------------------

Nutricionista Reges Costa

CRN10 – 2321