

Novembro/2023



1) BERÇÁRIO- DE 4 Á 6 MESES

- Para crianças de 4 a 6 meses, esse cardápio deve ser seguido apenas na Ausência do Aleitamento Materno Exclusivo (AME).

2) BERÇÁRIO- DE 6 MESES Á 1 ANO

- O departamento de Nutrologia da Sociedade Brasileira de Pediatria recomenda que sucos sejam evitados dando preferência às frutas in natura;
- Não adicionar sal e açúcar no preparo das refeições;
- Nos intervalos das refeições, oferecer água para manter a hidratação;
- Não inverter o horário das refeições sem autorização. Por exemplo, não trocar o horário de servir o lanche da tarde 3 com o lanche 2;
- A partir dos 6 meses, as refeições serão apresentadas na forma de papa, passando para pedaços ao longo do crescimento e desenvolvimento da criança, nunca liquidificando as preparações; sendo que as frutas serão amassadas, raspadas ou gradativamente em pedaços;
- Cardápio sujeito a alterações conforme a pontualidade na entrega de nossos fornecedores, sazonalidade das frutas e hortaliças. Essas alterações podem ser feitas pelo Nutricionista da Instituição.

3) CARDÁPIO PADRÃO- 1 á 3 ANOS

- O departamento de Nutrologia da Sociedade Brasileira de Pediatria recomenda que sucos sejam evitados dando preferência às frutas in natura;
- Não adicionar açúcar no preparo das refeições;
- Nos intervalos das refeições, oferecer água para manter a hidratação;
- Não inverter o horário das refeições sem autorização. Por exemplo, não trocar o horário de servir o lanche da tarde 1 com o lanche 2;
- Cardápio sujeito a alterações conforme a pontualidade na entrega de nossos fornecedores, sazonalidade das frutas e hortaliças. Essas alterações podem ser feitas pelo Nutricionista da Instituição.

4) MAIORES DE 3 ANOS

- O departamento de Nutrologia da Sociedade Brasileira de Pediatria recomenda que sucos sejam evitados dando preferência às frutas in natura;
- Nos intervalos das refeições, oferecer água para manter a hidratação;
- Não inverter o horário das refeições sem autorização. Por exemplo, não trocar o horário de servir o lanche da tarde 1 com o lanche 2;
- Cardápio sujeito a alterações conforme a pontualidade na entrega de nossos fornecedores, sazonalidade das frutas e hortaliças. Essas alterações podem ser feitas pelo Nutricionista da Instituição.

Cleunice Ramos Domingos Bernardes
Nutricionista - CRN- 3 58793
Setor de Nutrição da Seção
de Merenda Escolar de Franca
Secretaria de Educação

**Novembro/2023****Cardápio creches
1 a 3 anos**

	SEGUNDA-FEIRA 06/11/2023	TERÇA-FEIRA 07/11/2023	QUINTA-FEIRA 08/11/2023	QUARTA-FEIRA 09/11/2023	SEXTA-FEIRA 10/11/2023
Café da manhã	De 1 ano à 2 anos (Fórmula infantil- mamadeira ou copo) Acima de 2 anos Leite integral (copo) + Pão tipo hot dog	De 1 ano à 2 anos (Fórmula infantil- mamadeira ou copo) Acima de 2 anos Leite integral (copo) + Biscoito de polvilho	De 1 ano à 2 anos (Fórmula infantil- mamadeira ou copo) Acima de 2 anos Leite integral (copo) + Pão tipo hot dog	De 1 ano à 2 anos (Fórmula infantil- mamadeira ou copo) Acima de 2 anos Leite integral (copo) + Pão tipo hot dog	De 1 ano à 2 anos (Fórmula infantil- mamadeira ou copo) Acima de 2 anos Leite integral (copo) + Biscoito de polvilho
Lanche da manhã	Maçã	Banana	Banana	Melancia	Banana
Prato base	Arroz branco/ Feijão	Arroz branco/ Feijão	Arroz branco/ Feijão	Arroz branco/ Feijão	Arroz branco/ Feijão
Prato principal	Filé de Frango em cubos	Carne moída	Filé de Sassami	Carne em cubo ou tiras	Filé de Sassami
Legumes e hortaliças (guarnições e saladas)	Milho Inhame Beterraba	Mandioquinha Salsa Inhame Chuchu	Chuchu Alface Cenoura	Batata Chicória Tomate	Acelga Ovo Mandioquinha salsa
Lanche da tarde I	Maçã	Banana	Salada de frutas (banana+maçã+laranja)	Banana	Maçã
Lanche da tarde II	De 1 ano à 2 anos (Fórmula infantil- mamadeira ou copo) Acima de 2 anos Macarrão com legumes+ frango desfiado (Milho, tomate e cenoura)	De 1 ano à 2 anos (Fórmula infantil- mamadeira ou copo) Acima de 2 anos Pão francês com carne moída	De 1 ano à 2 anos (Fórmula infantil- mamadeira ou copo) Acima de 2 anos Macarronada com frango desfiado (macarrão parafuso+ frango desfiado)	De 1 ano à 2 anos (Fórmula infantil- mamadeira ou copo) Acima de 2 anos Escondidinho ou purê de Batata com Frango (peito de frango/ Sassami desfiado)	De 1 ano à 2 anos (Fórmula infantil- mamadeira ou copo) Acima de 2 anos Bolo de farinha (adoçado com banana)

Elaine R. de Oliveira Benedito CRN 58193

Cardápio creches 1 a 3 anos



Novembro/2023



	SEGUNDA-FEIRA 13/11/2023	TERÇA-FEIRA 14/11/2023	QUARTA-FEIRA 15/11/2023	QUINTA-FEIRA 16/11/2023	SEXTA-FEIRA 17/11/2023
Café da manhã	De 1 ano à 2 anos (Fórmula infantil- mamadeira ou copo) Acima de 2 anos Leite integral (copo) + Pão tipo hot dog	De 1 ano à 2 anos (Fórmula infantil- mamadeira ou copo) Acima de 2 anos Leite integral (copo) + Biscoito de polvilho	Feriado	De 1 ano à 2 anos (Fórmula infantil- mamadeira ou copo) Acima de 2 anos Leite integral (copo) + Biscoito de polvilho	De 1 ano à 2 anos (Fórmula infantil- mamadeira ou copo) Acima de 2 anos Leite integral (copo) + Pão tipo hot dog
Lanche da manhã	Maçã	Banana (de 1 à 2 anos) Abacaxi (de 2 à 3 anos)	Feriado	Maçã	Banana
Prato base	Arroz branco/ Feijão	Arroz branco/ Feijão	Feriado	Arroz branco/ Feijão	Arroz branco/ Feijão
Prato principal	Filé de Frango em cubos	Carne moída	Feriado	Carne em cubo ou tiras	Filé de Sassami
Legumes e hortaliças (guarnições e saladas)	Milho Repolho Chuchu	Cenoura Beterraba Chuchu	Feriado	Batata Chicória Ovo	Inhame Acelga Tomate
Lanche da tarde I	Maçã	Banana	Feriado	Banana	Maçã
Lanche da tarde II	De 1 ano à 2 anos (Fórmula infantil- mamadeira ou copo) Acima de 2 anos Macarrão com legumes+ frango desfiado (Milho, tomate e cenoura)	De 1 ano à 2 anos (Fórmula infantil- mamadeira ou copo) Acima de 2 anos Pão francês com carne moída	Feriado	De 1 ano à 2 anos (Fórmula infantil- mamadeira ou copo) Acima de 2 anos Escondidinho ou purê de Batata com Frango (peito de frango/ Sassami desfiado)	De 1 ano à 2 anos (Fórmula infantil- mamadeira ou copo) Acima de 2 anos Bolo de farinha (adoçado com banana)

Ellen R. V. Mendes Benardes 58793

Cardápio creches 1 a 3 anos



Novembro/2023



	SEGUNDA-FEIRA 20/11/2023	TERÇA-FEIRA 21/11/2023	QUARTA-FEIRA 22/11/2023	QUINTA-FEIRA 23/11/2023	SEXTA-FEIRA 24/11/2023
Café da manhã	Feriado	De 1 ano à 2 anos (Fórmula infantil- mamadeira ou copo) Acima de 2 anos Leite integral (copo) + Biscoito de polvilho	De 1 ano à 2 anos (Fórmula infantil- mamadeira ou copo) Acima de 2 anos Leite integral (copo) + Pão tipo hot dog	De 1 ano à 2 anos (Fórmula infantil- mamadeira ou copo) Acima de 2 anos Leite integral (copo) + Pão tipo hot dog	De 1 ano à 2 anos (Fórmula infantil- mamadeira ou copo) Acima de 2 anos Leite integral (copo) + Biscoito de polvilho
Lanche da manhã	Feriado	Banana (de 1 à 2 anos) Abacaxi (de 2 à 3 anos)	Banana	Melancia	Banana
Prato base	Feriado	Arroz branco/ Feijão	Arroz branco/ Feijão	Arroz branco/ Feijão	Arroz branco/ Feijão
Prato principal	Feriado	Carne moída	Filé de Sassami	Carne em cubo ou tiras	Filé de Sassami
Legumes e hortaliças (guarnições e saladas)	Feriado	Mandioquinha Salsa Inhame Chuchu	Chuchu Alface Cenoura	Batata Chicória Tomate	Cenoura Acelga Ovo
Lanche da tarde I	Feriado	Banana	Salada de frutas (banana+maçã+laranja)	Banana	Maçã
Lanche da tarde II	Feriado	De 1 ano à 2 anos (Fórmula infantil- mamadeira ou copo) Acima de 2 anos Pão francês com carne moída	De 1 ano à 2 anos (Fórmula infantil- mamadeira ou copo) Acima de 2 anos Macarronada com frango desfiado (macarrão parafuso+ frango desfiado)	De 1 ano à 2 anos (Fórmula infantil- mamadeira ou copo) Acima de 2 anos Escondidinho ou purê de Batata com Frango (peito de frango/ Sassami desfiado)	De 1 ano à 2 anos (Fórmula infantil- mamadeira ou copo) Acima de 2 anos Bolo de farinha (adoçado com banana)

Olívia R. de Almeida Benard. CRN-3 58793

Cardápio creches 1 a 3 anos



Novembro/2023



	SEGUNDA-FEIRA 27/11/2023	TERÇA-FEIRA 28/11/2023	QUARTA-FEIRA 29/11/2023	QUINTA-FEIRA 30/11/2023	SEXTA-FEIRA 01/12/2023
Café da manhã	Ponte Feriado	Feriado	De 1 ano à 2 anos (Fórmula infantil- mamadeira ou copo) Acima de 2 anos Leite integral (copo) + Biscoito de polvilho	De 1 ano à 2 anos (Fórmula infantil- mamadeira ou copo) Acima de 2 anos Leite integral (copo) + Pão tipo hot dog	De 1 ano à 2 anos (Fórmula infantil- mamadeira ou copo) Acima de 2 anos Leite integral (copo) + Biscoito de polvilho
Lanche da manhã	Ponte Feriado	Feriado	Maçã	Banana	Banana
Prato base	Ponte Feriado	Feriado	Arroz branco/ Feijão	Arroz branco/ Feijão	Arroz branco/ Feijão
Prato principal	Ponte Feriado	Feriado	Filé de Sassami	Carne em cubo ou tiras	Filé de Sassami
Legumes e hortaliças (guarnições e saladas)	Ponte Feriado	Feriado	Chuchu Cenoura Inhame	Batata Chicória Tomate	Mandioquinha salsa Chicória Ovo
Lanche da tarde I	Ponte Feriado	Feriado	Salada de frutas (banana+maçã+laranja)	Banana	Maçã
Lanche da tarde II	Ponte Feriado	Feriado	De 1 ano à 2 anos (Fórmula infantil- mamadeira ou copo) Acima de 2 anos Macarronada com frango desfiado (macarrão parafuso+ frango desfiado)	De 1 ano à 2 anos (Fórmula infantil- mamadeira ou copo) Acima de 2 anos Escondidinho ou purê de Batata com Frango (peito de frango/ Sassami desfiado)	De 1 ano à 2 anos (Fórmula infantil- mamadeira ou copo) Acima de 2 anos Bolo de farinha (adoçado com banana)

Glennia K. de Almeida Benavides CRN-3 58793