



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 Secção
de Merenda Escolar de Franca
Secretaria de Educação

Cardápio creches

Berçário de 6 meses a 1 ano

Novembro/2023



	SEGUNDA-FEIRA 06/11/2023	TERÇA-FEIRA 07/11/2023	QUARTA-FEIRA 08/11/2023	QUINTA-FEIRA 09/11/2023	SEXTA-FEIRA 10/11/2023
Café da manhã	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira
Lanche da manhã	Maçã	Banana	Maçã	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	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira
Lanche da tarde II	Maçã	Banana	Maçã	Banana	Maçã
Lanche da tarde III	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira

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

Cardápio creches

Berçário de 6 meses a 1 ano

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	Mamadeira	Mamadeira	Feriado	Mamadeira	Mamadeira
Lanche da manhã	Maçã	Banana	Feriado	Banana	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 Cenoura
Lanche da tarde I	Mamadeira	Mamadeira	Feriado	Mamadeira	Mamadeira
Lanche da tarde II	Maçã	Banana	Feriado	Banana	Maçã
Lanche da tarde III	Mamadeira	Mamadeira	Feriado	Mamadeira	Mamadeira

Olínei R. de Oliveira Benedit
CRN-3 58793

Cardápio creches

Berçário de 6 meses a 1 ano

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	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira
Lanche da manhã	Feriado	Banana	Maçã	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	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira
Lanche da tarde II	Feriado	Banana	Maçã	Banana	Maçã
Lanche da tarde III	Feriado	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira

Oliver R. de Almeida Benedit

Cardápio creches

Berçário de 6 meses a 1 ano

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	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira
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 Acelga Beterraba	Mandioquinha salsa Chicória Ovo
Lanche da tarde I	Ponte Feriado	Feriado	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira
Lanche da tarde II	Ponte Feriado	Feriado	Maçã	Banana	Maçã
Lanche da tarde III	Ponte Feriado	Feriado	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira

Olívia R. W. Borges Benedit