



PLANO ALIMENTAR - CRECHES/CEIM -2025

CARDÁPIO PROVISÓRIO - SEMANA A

REFEIÇÃO		SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
DESJEJUM 06 A 12 MESES		PERA ASSADA OU COZIDA AMASSADA ATÉ 7 MESES. PERA ASSADA OU COZIDA CORTADA P/ 8 MESES EM DIANTE.	DONINHO DE INHAME COM MANGA PARA TODOS	MAMÃO AMASSADO ATÉ 7 MESES. MAMÃO CORTADINHO PARA 8 MESES EM DIANTE.	MAÇÃ RASPADINHA ATÉ 7 MESES EM DIANTE. MAÇÃ CORTADINHA PARA 8 MESES EM DIANTE.	BANANA AMASSADA COM AVEIA ATÉ 7 MESES. BANANA CORTADINHA PARA 8 MESES EM DIANTE.
DESJEJUM DE 1 ANO MAIORES		IOGURTE NATURAL COM FRUTA PICADINHA + GRANOLA	DANONINHO DE INHAME COM MANGA	SUCO DE LARANJA + PÃO DE QUEIJO	SUCO DA POLPA SEM ADOÇAR + CUSCUZ	MINGAU DE AVEIA COM BANANA
ALMOÇO MENORES DE 06 A 12 MESES	BASE carboidrato / leguminosa	FEIJÃO PRETO AMASSADO + ARROZ PAPA COM BRÓCOLIS E CENOURA	CANJIQUINHA COM BRÓCOLIS	FEIJÃO VERMELHO AMASSADO + MACARRÃO ESPAGUETE COM CENOURA	ANGU	FEIJÃO PRETO AMASSADO + ARROZ PAPA COM VAGEM E CENOURA
	PROTEÍNA	FRANGO DESFIADO COM CALDINHO	SOBRECOXA ENSOPADA E DESFIADA	CARNE MOÍDA AO MOLHO	PERNIL SUÍNO DESFIADO AO MOLHO DE TOMATE	CARNE ENSOPADA DESFIADA
	ACOMPANHAMENTO 1	BETERRABA COZIDA	CENOURA E CHUCHU REFOGADOS	COUVE FLOR E BRÓCOLIS COZIDOS	VAGEM E CENOURA REFOGADOS	PURÊ DE INHAME
	ACOMPANHAMENTO 2	CHUCHU E BATATA REFOGADOS	COUVE REFOGADA	-----	ESPINAFRE E AGRIÃO REFOGADOS	BETERRABA COZIDA
ALMOÇO MAIORES DE 1 ANO	BASE carboidrato / leguminosa	FEIJÃO PRETO + ARROZ COM BRÓCOLIS E CENOURA	CANJIQUINHA COM BRÓCOLIS	FEIJÃO VERMELHO + MACARRÃO ESPAGUETE COM CENOURA	ANGU	FEIJÃO PRETO + ARROZ COM VAGEM E CENOURA
	PROTEÍNA	FRANGO DESFIADO COM CALDINHO	SOBRECOXA ENSOPADA E DESFIADA	CARNE MOÍDA AO MOLHO	PERNIL SUÍNO DESFIADO AO MOLHO DE TOMATE	CARNE ENSOPADA DESFIADA
	ACOMPANHAMENTO 1	BETERRABA COZIDA	CENOURA E CHUCHU REFOGADOS	COUVE FLOR E BRÓCOLIS COZIDOS	VAGEM E CENOURA REFOGADOS	PURÊ DE INHAME
	ACOMPANHAMENTO 2	CHUCHU E BATATA REFOGADOS	COUVE REFOGADA	MIX DE FOLHAS VERDES COM TOMATE (ALFACE, AGRIÃO E RÚCULA)	ESPINAFRE E AGRIÃO REFOGADOS	BETERRABA COZIDA
SOBREMESA		FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA
LANCHE DA TARDE 06 A 12 MESES		MAMÃO AMASSADO	BANANA AMASSADA	MANGA AMASSADA	ABACATE AMASSADO	DANONINHO DE BANANA BATIDO COM MORANGO
LANCHE DA TARDE MAIORES DE 01 ANO		MAMÃO CORTADINHO	SALADA DE FRUTAS COM IOGURTE NATURAL	MANGA CORTADINHA	VITAMINA DE ABACATE	DANONINHO DE BANANA BATIDO COM MORANGO
JANTAR		CALDO DE ABÓBORA COM CARNE DESFIADA	MACARRÃO ESPAGUETE COM ESPINAFRE/FEIJÃO PRETO, CARNE MOÍDA, SALADA DE VAGEM	ARROZ/FEIJÃO VERMELHO, PURÊ DE INHAME, FRANGO DESFIADO, VAGEM REFOGADA	ARROZ/FEIJÃO PRETO, PURÊ DE ABÓBORA, OVOS MEXIDOS, BRÓCOLIS COZIDO	SOPA COM CARNE E TODOS OS LEGUMES

Fonte: Guia Alimentar - PNAE/2020

Nutricionista Responsável Técnica: **Eliza Cristina Barros do Amaral - CRN 13100944**
 Quadro Técnico:

