

Educação Infantil creche (1 a 3 anos)

1ª Semana MARÇO - 2026

Dia	DESJEJUM 07h00	ALMOÇO 10h00	MERENDA 13h00	LANCHE 15h00
2	LEITE COM CHOCOLATE (SEM ADIÇÃO DE AÇÚCAR) BISCOITO AMANTEIGADO DE CHOCOLATE	ARROZ, FEIJÃO, SALADA DE BATATA COM OVOS E SALSA MELANCIA	LARANJA	MACARRÃO À BOLONHESA
3	LEITE COM CHOCOLATE (SEM ADIÇÃO DE AÇÚCAR) PÃO DE FORMA COM MARGARINA	ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, SASSAMI EM TIRAS COM ABOBRINHA MAÇÃ	GOIABA	POLENTA COM CARNE BOVINA DESMIADA
4	LEITE COM CHOCOLATE (SEM ADIÇÃO DE AÇÚCAR) BISCOITO SALGADO	ARROZ, FEIJÃO, FILÉ DE PEIXE AO MOLHO DE BATATA BANANA	MAMÃO	LEITE COM CHOCOLATE PÃO DE FORMA COM REQUEIJÃO
5	LEITE COM CHOCOLATE (SEM ADIÇÃO DE AÇÚCAR) OVOS MEXIDOS	MACARRÃO À BOLONHESA SALADA DE PEPINO CAQUI	VITAMINA DE ABACATE	ARROZ COLORIDO COM MILHO, CENOURA E FRANGO
6	LEITE COM CHOCOLATE (SEM ADIÇÃO DE AÇÚCAR) BISNAGUINHA COM MARGARINA	ARROZ, FEIJÃO, FRANGO REFOGADO COM CHUCHU MELÃO	MELANCIA	ARROZ COM VACA ATOLADA


 Anna Carolina de Souza Oliveira Fonseca
 Nutricionista/RT
 CRN: 3-37784

Educação Infantil creche (1 a 3 anos)

2ª Semana MARÇO 2026

Dia	DESJEJUM 07h00	ALMOÇO 10h00	MERENDA 13h00	LANCHE 15h00
9	LEITE COM CHOCOLATE (SEM ADIÇÃO DE AÇÚCAR) BISCOITO SALGADO	ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA REFOGADA SALADA DE BETERRABA RALADA E SALSA MAÇÃ	MELÃO	POLENTA CREMOSA COM MOLHO DE PERNIL DESFIADO
10	LEITE COM CHOCOLATE (SEM ADIÇÃO DE AÇÚCAR) BISCOITO AMANTEIGADO DE CHOCOLATE	ARROZ, FEIJÃO, SASSAMI EM TIRAS REFOGADO SALADA DE ACELGA LARANJA	MELANCIA	LEITE COM CHOCOLATE GELADO PÃO DE FORMA COM REQUEIJÃO
11	LEITE COM CHOCOLATE (SEM ADIÇÃO DE AÇÚCAR) BISNAGUINHA COM MARGARINA	ARROZ, FEIJÃO PRETO PERNIL REFOGADO E COUVE REFOGADA BANANA	MAMÃO	ARROZ COM FRANGO DESFIADO, TOMATE E CHEIRO VERDE
12	LEITE COM CHOCOLATE (SEM ADIÇÃO DE AÇÚCAR) BISCOITO MAISENA	ARROZ, COXA/SOBRECOXA REFOGADA CREME DE MILHO SALADA DE REPOLHO CAQUI	MANGA	ARROZ COM CENOURA E CARNE MOÍDA REFOGADA
13	LEITE COM CHOCOLATE (SEM ADIÇÃO DE AÇÚCAR) PÃO DE FORMA COM REQUEIJÃO	ARROZ, FEIJÃO CARIOCA CARNE DE PANELA COM BATATA DOCE BANANA	SUCO DE MELANCIA	MACARRÃO AO MOLHO COM FRANGO DESMOYADO

Educação Infantil creche (1 a 3 anos)

3ª Semana MARÇO 2026

Dia	DESJEJUM 07h00	ALMOÇO 10h00	MERENDA 13h00	LANCHE 15h00
16	LEITE COM CHOCOLATE (SEM ADIÇÃO DE AÇÚCAR) BISCOITO AMANTEIGADO DE CHOCOLATE	ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, OVOS MEXIDOS COM QUEIJO, CENOURA RALADA, TOMATE MOLHO E SALSA MAÇÃ	MELANCIA	ARROZ COLORIDO COM MILHO, CENOURA E FRANGO DESFIADO
17	LEITE COM CHOCOLATE (SEM ADIÇÃO DE AÇÚCAR) BISNAGUINHA COM MARGARINA	ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA REFOGADA, SALADA DE ACELGA MELÃO	LARANJA	MACARRÃO COM MOLHO DE QUEIJO
18	LEITE COM CHOCOLATE (SEM ADIÇÃO DE AÇÚCAR) OVOS MEXIDOS	MACARRÃO CO MOLHO SUGO COM FRANGO DESFIADO SALADA DE ALFACE MAMÃO	CAQUI	POLENTA CREMOSA COM MOLHO DE CARNE DESFIADA
19	LEITE COM CHOCOLATE (SEM ADIÇÃO DE AÇÚCAR) BISCOITO SALGADO	ARROZ, FEIJÃO PRETO, PERNIL SUÍNO DESFIADO SALADA DE VINAGRETE BANANA	MANGA	LEITE COM CHOCOLATE PÃO DE FORMA COM REQUEIJÃO
20	LEITE COM CHOCOLATE (SEM ADIÇÃO DE AÇÚCAR) BISCOITO MAISENA	ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, SASSAMI REFOGADO COM ABOBRINHA MELANCIA	VITAMINA DE ABACATE	MACARRÃO À BOLONHESA

Sujeito a alteração sazonal


 Anna Carolina de Souza Oliveira Fonseca
 Nutricionista/RT
 CRN: 3-37784

Educação Infantil creche (1 a 3 anos)

4ª Semana MARÇO 2026

Dia	DESJEJUM 07h00	ALMOÇO 10h00	MERENDA 13h00	LANCHE 15h00
23	LEITE COM CHOCOLATE (SEM ADIÇÃO DE AÇÚCAR) BISCOITO AMANTEIGADO DE LEITE	ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA REFOGADA COM BATATA E SALSA MELANCIA	LARANJA	POLENTA CREMOSA C/ MOLHO DE FRANGO DESFIADO
24	LEITE COM CHOCOLATE (SEM ADIÇÃO DE AÇÚCAR) BISCOITO SALGADO	ARROZ, FEIJÃO, FILÉ DE COXA/SOBRECOXA REFOGADA SALADA DE BETERRABA COZIDA MAÇÃ	MELÃO	LEITE C/ CHOCOLATE (SEM ADIÇÃO DE AÇÚCAR) PÃO DE FORMA COM REQUEIJÃO
25	LEITE COM CHOCOLATE (SEM ADIÇÃO DE AÇÚCAR) OVOS MEXIDOS	MACARRÃO AO MOLHO COM FRANGO DESFIADO E MILHO SALADA DE ACELGA MAMÃO	CAQUI	ARROZ COM VACA ATOLADA
26	LEITE COM CHOCOLATE (SEM ADIÇÃO DE AÇÚCAR) BISNAGUINHA COM MARGARINA	ARROZ, FEIJÃO CARIOCA CARNE DE PANELA COM ABÓBORA MELÃO	BANANA	ARROZ COM CENOURA E FRANGO E SALSA
27	LEITE COM CHOCOLATE (SEM ADIÇÃO DE AÇÚCAR) BISCOITO MAISENA	ARROZ, FEIJÃO, SASSAMI EM TIRAS REFOGADA SALADA DE PEPINO MELANCIA	MAÇÃ	MACARRÃO BOLONHESA


 Anna Carolina de Souza Oliveira Fonseca
 Nutricionista/RT
 CRN: 3-37784

Educação Infantil creche (1 a 3 anos)

5ª Semana **MARÇO 2026**

Dia	DESJEJUM 07h00	ALMOÇO 10h00	MERENDA 13h00	LANCHE 15h00
30	LEITE COM CHOCOLATE (SEM ADIÇÃO DE AÇÚCAR) BISCOITO SALGADO	ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA REFOGADA SALADA DE CENOURA RALADA MELÃO	LARANJA	MACARRÃO AO MOLHO SUGO COM FRANGO
31	LEITE COM CHOCOLATE (SEM ADIÇÃO DE AÇÚCAR) PÃO DE FORMA COM MARGARINA	ARROZ, FEIJÃO PRETO, PERNIL SUÍNO DESFIADO SALADA DE ACELGA MAÇÃ	SUCO DE MELANCIA	POLENTA CREMOSA C/ MOLHO DE CARNE DESFIADA


Anna Carolina de Souza Oliveira Fonseca
Nutricionista/RT
CRN: 3-37784

Educação infantil creche (Integral)

MARÇO 2026

Valor Nutricional do Cardápio

70% das Necessidades Nutricionais Diárias

1ª Semana MARÇO 2026	Energia (Kcal)	Carb (g)	G.Total (g)	Prot(g)	Fibr Tot (g)	A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Na (mg)
Média daSemana	784	104	27	32	0	400	113	290	4	-	-	670
2ª Semana MARÇO 2026	Energia (Kcal)	Carb (g)	G.Total (g)	Prot(g)	Fibr Tot (g)	A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Na (mg)
Média daSemana	747	105	23	30	0	416	67	277	4	0	0	802
3ª Semana MARÇO 2026	Energia (Kcal)	Carb (g)	G.Total (g)	Prot(g)	Fibr Tot (g)	A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Na (mg)
Média daSemana	758	100	26	31	0	327	54	319	4	0	0	725
4ª Semana MARÇO 2026	Energia (Kcal)	Carb (g)	G.Total (g)	Prot(g)	Fibr Tot (g)	A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Na (mg)
Média daSemana	712	99	22	30	0	293	53	241	4	0	0	703
5ª Semana SETEMBRO 2025	Energia (Kcal)	Carb (g)	G.Total (g)	Prot(g)	Fibr Tot (g)	A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Na (mg)
Média daSemana	673	90	22	29	0	810	63	214	4	0	0	833


Anna Carolina de Souza Oliveira Fonseca
Nutricionista/RT
CRN: 3-37784