



PREFEITURA DE NOVA TRENTO
Secretaria Municipal de Educação



CARDÁPIO CRECHES - Março/2021

Semana: 01 a 05

Refeição	2ª Feira 01	3ª Feira 02	4ª Feira 03	5ª Feira 04	6ª Feira 05
8:00 Lanche manhã	Banana Vitamina de iogurte	Laranja Omelete	Laranja lima Pão caseiro c/ linhaça	Manga Mingau de maisena	Mamão Pão caseiro c/ requeijão
Almoço 10:45	Macarrão Frango ensopado (Peito) Salada couve flor	Polenta Carne moída Salada pepino	Risoto de frango Farofa primavera Salada repolho	Arroz Feijão c/ carne Abóbora refogada Salada alface	Arroz/ Feijão Isclas de frango ensopado (peito) Salada brócolis
Lanche Tarde 14:00	Melancia/Laranja	Melão/tangerina	Banana/mamão	Bufê de Frutas picadas (banana, laranja, mamão, abacaxi)	Abacaxi/Banana
Janta 16:00	Arroz/ Feijão Picadinho c/ batata Salada cenoura ralada	Minestra c/ legumes e arroz	Arroz Feijão vermelho Picadinho c/ chuchu Salada beterraba	Arroz Frango ensopado c/ legumes (peito) Salada abobrinha	Sopa de carne, legumes e arroz branco

Semana: 08 a 12

Refeição	2ª Feira 08	3ª Feira 09	4ª Feira 10	5ª Feira 11	6ª Feira 12
8:00 Lanche manhã	Banana/mamão Vitamina de banana	Leite Pão caseiro c/ nata	Maçã Vitamina de iogurte	Leite Pão caseiro	Melão/Manga Rosca de polvilho caseira
Almoço 10:45	Arroz/ Feijão Picadinho c/ cenoura Salada pepino	Minestra c/ legumes e arroz	Arroz/ Batata doce Frango ensopado c/ legumes (peito) Salada beterraba	Arroz/ Farofa Feijão Picadinho ao molho Salada alface	Sopa de frango c/ legumes e aletria
Lanche tarde 14:00	Mamão amassado c/ aveia	Banana Mingau de aveia	Pão caseiro c/ nata	Buffet de frutas	Pão integral c/ manteiga
Janta 16:00	Risoto de pernil c/ legumes Salada beterraba	Polenta Frango c/ legumes (peito) Salada couve-flor	Macarrão Carne de panela c/ legumes (Tatu) Salada alface	Arroz/Feijão carioca c/ carne Cenoura refogada Salada brócolis	Arroz/ Feijão Picadinho c/ batata Salada repolho



PREFEITURA DE NOVA TRENTO
Secretaria Municipal de Educação



Semana: 15 a 19

Refeição	2ª Feira 15	3ª Feira 16	4ª Feira 17	5ª Feira 18	6ª Feira 19
8:00 Lanche manhã	Banana Bolo de banana SEM AÇÚCAR	Laranja Vitamina de iogurte	Maçã Leite c/ café	Suco de abacaxi SEM AÚCAR Pão caseiro c/ requeijão	Banana Leite Cereal de milho
Almoço 10:45	Macarrão Frango ensopado (peito) Salada brócolis	Polenta Carne moída Salada pepino e tomate	Risoto de frango Farofa primavera Salada repolho	Arroz Feijão c/ carne Abóbora refogada Salada alface	Arroz/ Feijão Iscas de frango ensopado (peito) Salada abobrinha
Lanche tarde 14:00	Leite c/ iogurte Melão/tangerina	Maçã Rosquinha de polvilho caseira	Pão caseiro integral	Manga/Mamão Batata doce cozida	Torta de legumes
Janta 16:00	Arroz/ Feijão Carne moída c/ chuchu e batata Salada cenoura	Minestra c/ legumes e arroz	Arroz Feijão vermelho Picadinho de carne Salada beterraba	Arroz Frango ensopado c/ legumes (peito) Salada brócolis	Sopa de carne, legumes e arroz branco

Semana: 22 a 26

Refeição	2ª Feira 22	3ª Feira 23	4ª Feira 24	5ª Feira 26	6ª Feira 26
8:00 Lanche manhã	Vitamina de banana c/ aveia	Laranja Pão caseiro c/ nata	Maçã Vitamina de iogurte	Leite c/ café Pão caseiro	Mamão/Manga Vitamina de iogurte
Almoço 10:45	Arroz/ Feijão Picadinho c/ cenoura Salada pepino	Minestra c/ legumes e arroz	Arroz/ Batata doce Frango ensopado c/ legumes (peito) Salada beterraba	Arroz/ Farofa Feijão Iscas ao molho Salada alface	Sopa de frango c/ legumes e aletria .
Lanche tarde 14:00	Maçã/laranja Rosquinha de polvilho caseiro	Pão caseiro	Sopa de legumes	Buffet de frutas	Pão integral c/ manteiga
Janta 16:00	Risoto de frango c/ legumes Salada beterraba	Polenta c/ molho de tomate Omelete Salada verde	Arroz/Feijão Carioca c/ carne Cenoura refogada Salada pepino	Macarrão Carne moída c/ legumes Salada couve-flor	Arroz/ Feijão Carne de panela c/ batata (Tatu) Salada repolho



PREFEITURA DE NOVA TRENTO
Secretaria Municipal de Educação



Semana: 29 a 31

Refeição	2ª Feira 29	3ª Feira 30	4ª Feira 31	5ª Feira	6ª Feira
8:00 Lanche manhã	Laranja e melão Omelete	Banana Vitamina de iogurte	Abacaxi e mamão Pão de queijo		
Almoço 10:45	Macarrão c/ carne moída Salada brócolis	Polenta Molho de frango (peito) Carne moída Salada pepino	Risoto de legumes Purê de batata		
Lanche tarde 14:00	Leite c/ mamão	Maçã e Pão caseiro	Melancia e Laranja lima		
Janta 16:00	Arroz/ Feijão Carioca Picadinho c/ chuchu e batata Salada cenoura	Minestra c/ legumes e arroz	Arroz/feijão Carne suína c/ legumes		

Obs1: As frutas e verduras poderão ser substituídas conforme a época, a disponibilidade das mesmas e a produção da horta.

Obs2: ∴ Quando houver fruta no cardápio, esta será oferecida primeiro.

Obs3: Para os bebês de 1 a 2 anos, não serão ofertados achocolatado nem café, somente leite puro.

Obs4: Quando não houver suco no cardápio, será oferecida água às crianças.

Obs5: Os sucos serão adoçados com outras frutas (sem açúcar), e nos sucos ácidos serão colocados um pouco de açúcar para tirar a acidez. Vitaminas não serão adoçadas com açúcar, somente com frutas.

Carolina Sardá Estuqui
Nutricionista – CRN10 0661