



PREFEITURA MUNICIPAL DE INDAIATUBA

Secretaria Municipal de Educação

CARDÁPIO

Abril / 2024 - [MUNICIPAL] CARDÁPIO 2_2023 (BERÇÁRIO 7 A 11 MESES) - CRECHE - Período Integral - Zona Urbana - SEM PATOLOGIA

Refeição	Horário	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
		1	2	3	4	5
DESJEJUM	07h30min	FORMULA LACTEA INFANTIL	FORMULA LACTEA INFANTIL	FORMULA LACTEA INFANTIL	FORMULA LACTEA INFANTIL	FORMULA LACTEA INFANTIL
LANCHE DA MANHÃ	09 horas	MAÇA	MAMAO	ABACAXI	BANANA	MELANCIA
ALMOÇO	10h30min	A - SOPA : MACARRAO, CARNE MOIDA, FEIJAO, BATATA, CENOURA E CHUCHU	A - SOPA : ARROZ, FRANGO, FEIJAO, INHAME, BETERRABA E ABOBRINHA	A - SOPA : MACARRAO, FIGADO, LENTILHA, MANDIOCA, ABOBORA E ESCAROLA	A - SOPA : MACARRAO, CARNE EM ISCAS, FEIJAO, CARA, BETERRABA E ALMEIRAO	A - SOPA : FUBA, FRANGO, FEIJAO, BATATA DOCE, CENOURA E ESPINAFRE
SOBREMESA	10h30min	MAMAO	MAÇA	BANANA	MELAO	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMAO, MAÇA E LARANJA)
LANCHE DA TARDE	13 horas	FORMULA LACTEA INFANTIL	FORMULA LACTEA INFANTIL	FORMULA LACTEA INFANTIL	FORMULA LACTEA INFANTIL	FORMULA LACTEA INFANTIL
LANCHE DA TARDE - FRUTA	13h30min	MELAO	MELANCIA	MAÇA	MAMAO	BANANA
JANTAR	15 horas	J - SOPA : FUBA, FRANGO, FEIJAO, BATATA, CENOURA E CHUCHU	J - SOPA : MACARRAO, CARNE EM ISCAS, FEIJAO, INHAME, BETERRABA E ABOBRINHA	J - SOPA : ARROZ, FRANGO, LENTILHA, MANDIOCA, ABOBORA E ESCAROLA	J - SOPA : FUBA, CARNE MOIDA, FEIJAO, CARA, BETERRABA E ALMEIRAO	J - SOPA : MACARRAO, CARNE EM ISCAS, FEIJAO, BATATA DOCE, CENOURA E ESPINAFRE

70 % das necessidades nutricionais diárias - Informação Nutricional									
Dias		Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)	Vitaminas		Minerais	
						A (mcg)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
Segunda-Feira	1	642,670	100,702	24,053	18,383	1524,449	139,475	430,574	7,639
Terça-Feira	2	676,380	109,435	24,967	17,689	1135,632	164,715	445,794	9,655
Quarta-Feira	3	740,538	128,009	26,083	17,236	1070,603	138,342	447,441	9,694
Quinta-Feira	4	693,640	109,584	26,252	20,072	1043,387	140,347	439,976	8,014
Sexta-Feira	5	688,290	109,333	25,888	18,187	1815,078	128,205	449,174	9,576
Média		688,304	111,412	25,449	18,314	1317,830	142,217	442,591	8,915
Média %			64,746	14,789	23,947				

Fonte: * TACO 4ª Edição 2011. * Tabela de Composição de alimentos Sônia Tucunduva 4ª Edição 2013. * Rótulos de alimentos.


Claudia Valdemarin
Nutricionista RT

CRN3 - 4924
Responsável Técnica

Setor de Alimentação Escolar - Avenida Almirante Tamandaré nº 675 - Cidade Nova - Indaiatuba / SP - Fone: (19) 3894-2127



PREFEITURA MUNICIPAL DE INDAIATUBA

Secretaria Municipal de Educação

CARDÁPIO

Abril / 2024 - [MUNICIPAL] CARDÁPIO 2_2023 (BERÇÁRIO 7 A 11 MESES) - CRECHE - Período Integral - Zona Urbana - SEM PATOLOGIA

Refeição	Horário	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
		8	9	10	11	12
DESJEJUM	07h30min	FORMULA LACTEA INFANTIL	FORMULA LACTEA INFANTIL	FORMULA LACTEA INFANTIL	FORMULA LACTEA INFANTIL	FORMULA LACTEA INFANTIL
LANCHE DA MANHÃ	09 horas	MAMAO	MAÇA	MELANCIA	MELAO	LARANJA LIMA
ALMOÇO	10h30min	A - SOPA : ARROZ, CARNE EM ISCAS, FEIJAO, BATATA, CENOURA E CHUCHU	A - SOPA : FUBA, CARNE MOIDA, FEIJAO, CARA, BETERRABA E ABOBRINHA	A - SOPA : ARROZ, MOELA, GRAO DE BICO, MANDIOCA, ABOBORA E ESPINAFRE	A - SOPA : MACARRAO, CARNE MOIDA, FEIJAO, INHAME, TOMATE E ALMEIRAO	A - SOPA : MACARRAO, CARNE EM ISCAS, FEIJAO, BATATA, CENOURA E COUVE
SOBREMESA	10h30min	MAÇA	MELANCIA	BANANA	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMAO, MAÇA E LARANJA)	MAMAO
LANCHE DA TARDE	13 horas	FORMULA LACTEA INFANTIL	FORMULA LACTEA INFANTIL	FORMULA LACTEA INFANTIL	FORMULA LACTEA INFANTIL	FORMULA LACTEA INFANTIL
LANCHE DA TARDE - FRUTA	13h30min	LARANJA LIMA	MELAO	MAMAO	MAÇA	BANANA
JANTAR	15 horas	J - SOPA : MACARRAO, CARNE MOIDA, FEIJAO, BATATA, CENOURA E CHUCHU	J - SOPA : ARROZ, FRANGO, FEIJAO, CARA, BETERRABA E ABOBRINHA	J - SOPA : MACARRAO, CARNE EM ISCAS, GRAO DE BICO, MANDIOCA, ABOBORA E ESPINAFRE	J - SOPA : FUBA, FRANGO, FEIJAO, INHAME, TOMATE E ALMEIRAO	J - SOPA : ARROZ, FIGADO, FEIJAO, BATATA, CENOURA E COUVE

70 % das necessidades nutricionais diárias - Informação Nutricional									
Dias		Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)	Vitaminas		Minerais	
						A (mcg)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
Segunda-Feira	8	685,810	107,405	25,190	19,230	1540,000	178,775	462,496	8,430
Terça-Feira	9	653,090	103,407	24,030	18,342	1102,794	100,947	422,424	9,552
Quarta-Feira	10	708,229	117,721	25,571	18,558	1336,976	184,970	476,383	10,693
Quinta-Feira	11	660,790	105,284	24,272	18,582	1033,896	98,465	440,274	7,919
Sexta-Feira	12	709,038	115,850	26,772	18,277	1719,104	204,473	523,593	8,898
Média		683,391	109,933	25,167	18,598	1346,554	153,526	465,034	9,098
Média %			64,346	14,731	24,493				

Fonte: * TACO 4ª Edição 2011. * Tabela de Composição de alimentos Sônia Tucunduva 4ª Edição 2013. * Rótulos de alimentos.


Claudia Valdemarin
Nutricionista RT

CRN3 - 4924
Responsável Técnica

Setor de Alimentação Escolar - Avenida Almirante Tamandaré nº 675 - Cidade Nova - Indaiatuba / SP - Fone: (19) 3894-2127



PREFEITURA MUNICIPAL DE INDAIATUBA

Secretaria Municipal de Educação

CARDÁPIO

Abril / 2024 - [MUNICIPAL] CARDÁPIO 2_2023 (BERÇÁRIO 7 A 11 MESES) - CRECHE - Período Integral - Zona Urbana - SEM PATOLOGIA

Refeição	Horário	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
		15	16	17	18	19
DESJEJUM	07h30min	FORMULA LACTEA INFANTIL	FORMULA LACTEA INFANTIL	FORMULA LACTEA INFANTIL	FORMULA LACTEA INFANTIL	FORMULA LACTEA INFANTIL
LANCHE DA MANHÃ	09 horas	MAMAO	MAÇA	MELAO	BANANA	MELANCIA
ALMOÇO	10h30min	A - SOPA : ARROZ, CARNE MOIDA, FEIJAO, BATATA, CENOURA E CHUCHU	A - SOPA : MACARRAO, FRANGO, FEIJAO, INHAME, BETERRABA E ABOBRINHA	A - SOPA : ARROZ, FIGADO, LENTILHA, MANDIOCA, ABOBORA E ALMEIRAO	A - SOPA : FUBA, CARNE MOIDA, FEIJAO, CARA, TOMATE E COUVE	A - SOPA : MACARRAO, FRANGO, FEIJAO, BATATA, CENOURA E ABOBRINHA
SOBREMESA	10h30min	MAÇA	MAMAO	BANANA	MELAO	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMAO, MAÇA E LARANJA)
LANCHE DA TARDE	13 horas	FORMULA LACTEA INFANTIL	FORMULA LACTEA INFANTIL	FORMULA LACTEA INFANTIL	FORMULA LACTEA INFANTIL	FORMULA LACTEA INFANTIL
LANCHE DA TARDE - FRUTA	13h30min	LARANJA LIMA	MELAO	MELANCIA	MAÇA	BANANA
JANTAR	15 horas	J - SOPA : FUBA, FRANGO, FEIJAO, BATATA, CENOURA E CHUCHU	J - SOPA : ARROZ, CARNE EM ISCAS, FEIJAO, INHAME, BETERRABA E ABOBRINHA	J - SOPA : MACARRAO, FRANGO, LENTILHA, MANDIOCA, ABOBORA E ALMEIRAO	J - SOPA : ARROZ, FRANGO, FEIJAO, CARA, TOMATE E COUVE	J - SOPA : FUBA, CARNE EM ISCAS, FEIJAO, BATATA, CENOURA E ABOBRINHA

70 % das necessidades nutricionais diárias - Informação Nutricional									
Dias		Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)	Vitaminas		Minerais	
						A (mcg)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
Segunda-Feira	15	641,770	102,032	23,328	17,777	1544,962	178,775	458,724	8,327
Terça-Feira	16	674,880	108,070	24,547	18,184	961,656	135,615	435,294	8,110
Quarta-Feira	17	703,238	118,026	27,003	17,271	1246,730	120,142	452,341	10,749
Quinta-Feira	18	695,190	114,667	24,402	18,796	1122,591	90,347	466,124	8,242
Sexta-Feira	19	687,270	113,177	25,706	18,155	1684,628	130,025	434,774	9,094
Média		680,470	111,194	24,997	18,037	1312,114	130,981	449,451	8,904
Média %			65,363	14,694	23,856				

Fonte: * TACO 4ª Edição 2011. * Tabela de Composição de alimentos Sônia Tucunduva 4ª Edição 2013. * Rótulos de alimentos.


Claudia Valdemarin
Nutricionista RT

CRN3 - 4924
Responsável Técnica

Setor de Alimentação Escolar - Avenida Almirante Tamandaré nº 675 - Cidade Nova - Indaiatuba / SP - Fone: (19) 3894-2127



PREFEITURA MUNICIPAL DE INDAIATUBA

Secretaria Municipal de Educação

CARDÁPIO

Abril / 2024 - [MUNICIPAL] CARDÁPIO 2_2023 (BERÇÁRIO 7 A 11 MESES) - CRECHE - Período Integral - Zona Urbana - SEM PATOLOGIA

Refeição	Horário	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
		22	23	24	25	26
DESJEJUM	07h30min	FORMULA LACTEA INFANTIL	FORMULA LACTEA INFANTIL	FORMULA LACTEA INFANTIL	FORMULA LACTEA INFANTIL	FORMULA LACTEA INFANTIL
LANCHE DA MANHÃ	09 horas	MAMAO	MAÇA	MELANCIA	BANANA	MELANCIA
ALMOÇO	10h30min	A - SOPA : ARROZ, CARNE EM ISCAS, FEIJAO, BATATA, CENOURA E CHUCHU	A - SOPA : MACARRAO, CARNE MOIDA, FEIJAO, CARA, BETERRABA E ABOBRINHA	A - SOPA : ARROZ, MOELA, GRAO DE BICO, MANDIOCA, ABOBORA E ESPINAFRE	A - SOPA : MACARRAO, FRANGO, FEIJAO, BATATA, TOMATE E CHICORIA	A - SOPA : FUBA, CARNE EM ISCAS, FEIJAO, INHAME, CENOURA E COUVE
SOBREMESA	10h30min	MAÇA	MELAO	BANANA	MELANCIA	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMAO, MAÇA E LARANJA)
LANCHE DA TARDE	13 horas	FORMULA LACTEA INFANTIL	FORMULA LACTEA INFANTIL	FORMULA LACTEA INFANTIL	FORMULA LACTEA INFANTIL	FORMULA LACTEA INFANTIL
LANCHE DA TARDE - FRUTA	13h30min	LARANJA LIMA	MAMAO	MAÇA	MELAO	BANANA
JANTAR	15 horas	J - SOPA : MACARRAO, CARNE MOIDA, FEIJAO, BATATA, CENOURA E CHUCHU	J - SOPA : ARROZ, FRANGO, FEIJAO, CARA, BETERRABA E ABOBRINHA	J - SOPA : MACARRAO, CARNE EM ISCAS, GRAO DE BICO, MANDIOCA, ABOBORA E ESPINAFRE	J - SOPA : FUBA, CARNE MOIDA, FEIJAO, BATATA, TOMATE E CHICORIA	J - SOPA : ARROZ, FIGADO, FEIJAO, INHAME, CENOURA E COUVE

70 % das necessidades nutricionais diárias - Informação Nutricional									
Dias		Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)	Vitaminas		Minerais	
						A (mcg)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
Segunda-Feira	22	685,810	107,405	25,190	19,230	1540,000	178,775	462,496	8,430
Terça-Feira	23	675,280	108,230	24,587	18,184	962,056	135,947	428,494	8,070
Quarta-Feira	24	728,229	122,721	25,071	18,818	1305,274	112,170	458,383	10,693
Quinta-Feira	25	667,970	106,642	25,823	18,733	1178,871	108,615	429,674	9,149
Sexta-Feira	26	708,368	117,097	26,094	18,594	1857,029	149,723	505,823	10,370
Média		693,131	112,419	25,353	18,712	1368,646	137,046	456,974	9,342
Média %			64,876	14,631	24,297				

Fonte: * TACO 4ª Edição 2011. * Tabela de Composição de alimentos Sônia Tucunduva 4ª Edição 2013. * Rótulos de alimentos.

Claudia Valdemarin
Nutricionista RT

CRN3 - 4924
Responsável Técnica

Setor de Alimentação Escolar - Avenida Almirante Tamandaré nº 675 - Cidade Nova - Indaiatuba / SP - Fone: (19) 3894-2127



PREFEITURA MUNICIPAL DE INDAIATUBA
Secretaria Municipal de Educação
CARDÁPIO

Abril / 2024 - [MUNICIPAL] CARDÁPIO 2_2023 (BERÇÁRIO 7 A 11 MESES) - CRECHE - Período Integral - Zona Urbana - SEM PATOLOGIA

Refeição	Horário	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
		29				
DESJEJUM	07h30min	FORMULA LACTEA INFANTIL	FORMULA LACTEA INFANTIL			
LANCHE DA MANHÃ	09 horas	MAÇA	MAMAO			
ALMOÇO	10h30min	A - SOPA : MACARRAO, CARNE MOIDA, FEIJAO, BATATA, CENOURA E CHUCHU	A - SOPA : ARROZ, FRANGO, FEIJAO, INHAME, BETERRABA E ABOBRINHA			
SOBREMESA	10h30min	MAMAO	MAÇA			
LANCHE DA TARDE	13 horas	FORMULA LACTEA INFANTIL	FORMULA LACTEA INFANTIL			
LANCHE DA TARDE - FRUTA	13h30min	MELAO	MELANCIA			
JANTAR	15 horas	J - SOPA : FUBA, FRANGO, FEIJAO, BATATA, CENOURA E CHUCHU	J - SOPA : MACARRAO, CARNE EM ISCAS, FEIJAO, INHAME, BETERRABA E ABOBRINHA			

70 % das necessidades nutricionais diárias - Informação Nutricional									
Dias		Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)	Vitaminas		Minerais	
						A (mcg)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
Segunda-Feira	29	642,670	100,702	24,053	18,383	1524,449	139,475	430,574	7,639
Terça-Feira									
Quarta-Feira									
Quinta-Feira									
Sexta-Feira									
Média		659,525	105,068	24,510	18,036	1330,040	152,095	438,184	8,647
Média %			63,723	14,865	24,612				

Fonte: * TACO 4ª Edição 2011. * Tabela de Composição de alimentos
Sônia Tucunduva 4ª Edição 2013. * Rótulos de alimentos.


Claudia Valdemanin
Nutricionista RT

CRN3 - 4924
Responsável Técnica

Setor de Alimentação Escolar - Avenida Almirante Tamandaré nº 675 - Cidade Nova - Indaiatuba / SP - Fone: (19) 3894-2127