

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE LENÇÓIS PAULISTA – COZINHA PILOTO				
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE				
CARDÁPIO CRECHE (6 meses com introdução alimentar) JANEIRO / 2026				
Data	Entrada	Almoço	Jantar	Última refeição
01/01/26	FERIADO			
02/01/26	Fórmula láctea infantil 1 (para bebês até 6M)	Papa de arroz, feijão, filé de peixe com tomate, batata e cenoura Salada de repolho Pêra raspada (Ponto facultativo)	Sopa de fubá com pernil cubos, chuchu e abobrinha	Fórmula láctea infantil 1 (para bebês até 6M)
Composição nutricional média semanal Energia (Kcal): 1.022,68 kcal = 4.278,94 kJ CHO (g): 139,37 g (54,9% VET) PTN (g): 45,24 g (17,8% VET) LPD (g): 30,69 g (27,2% VET) Fe: 2,83 mg Ca: 264,82 mg				
05/01/26	Fórmula láctea infantil 1 (para bebês até 6M)	Papa de arroz, feijão, carne bovina moída com chuchu, purê de batata Salada de cenoura	Sopa de feijão com frango desfiado, vagem e tomate	Fórmula láctea infantil 1 (para bebês até 6M)
06/01/26	Fórmula láctea infantil 1 (para bebês até 6M)	Papa de arroz, feijão, pernil cubos com mandioca e ervilha Salada de alface Banana amassada	Purê de mandioquinha com molho de carne bovina moída	Fórmula láctea infantil 1 (para bebês até 6M)
07/01/26	Fórmula láctea infantil 1 (para bebês até 6M)	Papa de arroz, feijão, carne bovina iscas com couve-flor Salada de tomate Melancia pedaço	Sopa de fubá com pernil cubos e couve fatiado	Fórmula láctea infantil 1 (para bebês até 6M)
08/01/26	Fórmula láctea infantil 1 (para bebês até 6M)	Papa de arroz, feijão, frango cubos com quiabo Salada de pepino Laranja pedaço s/ bagaço	Sopa de macarrão com carne bovina cubos, chuchu e tomate	Fórmula láctea infantil 1 (para bebês até 6M)
09/01/26	Fórmula láctea infantil 1 (para bebês até 6M)	Papa de arroz, feijão, carne bovina bife com brócolis e cenoura Salada de beterraba Mamão raspado	Macarronada com sobrecoxa e batata	Fórmula láctea infantil 1 (para bebês até 6M)
Composição nutricional média semanal Energia (Kcal): 1.010,58 kcal = 4.230,64 kJ CHO (g): 130,81 g (52,1% VET) PTN (g): 49,35 g (19,6% VET) LPD (g): 31,58 g (28,3% VET) Fe: 3,66 mg Ca: 262,25 mg				
12/01/26	Fórmula láctea infantil 1 (para bebês até 6M)	Papa de arroz, feijão, ovos mexidos / omelete de forno / cozidos, purê de cenoura Couve refogada	Polenta com molho de carne bovina moída	Fórmula láctea infantil 1 (para bebês até 6M)
13/01/26	Fórmula láctea infantil 1 (para bebês até 6M)	Papa de arroz, feijão, carne bovina cubos com batata doce e tomate Salada de acelga Abacaxi pedaço	Canja de arroz com frango cubos, beterraba e abobrinha	Fórmula láctea infantil 1 (para bebês até 6M)
14/01/26	Fórmula láctea infantil 1 (para bebês até 6M)	Papa de arroz, feijão, sobrecoxa de frango com batata Salada de escarola Laranja pedaço s/ bagaço	Sopa de feijão com pernil cubos, chuchu e tomate	Fórmula láctea infantil 1 (para bebês até 6M)
15/01/26	Fórmula láctea infantil 1 (para bebês até 6M)	Papa de arroz, feijão, pernil cubos com abobrinha e chuchu Salada de tomate Maçã raspada	Macarronada com carne bovina cubos e brócolis	Fórmula láctea infantil 1 (para bebês até 6M)
16/01/26	Fórmula láctea infantil 1 (para bebês até 6M)	Papa de arroz, feijão, carne bovina iscas com cenoura, purê de mandioquinha Melão pedaço raspado	Sopa de fubá com frango cubos, tomate e batata	Fórmula láctea infantil 1 (para bebês até 6M)
Composição nutricional média semanal Energia (Kcal): 1.020,19 kcal = 4.270,66 kJ CHO (g): 134,29 g (52,9% VET) PTN (g): 48,23 g (19,0% VET) LPD (g): 31,64 g (28,1% VET) Fe: 3,86 mg Ca: 273,34 mg				
19/01/26	Fórmula láctea infantil 1 (para bebês até 6M)	Papa de arroz, feijão, carne bovina moída com chuchu Salada de beterraba	Purê de batata com frango desfiado	Fórmula láctea infantil 1 (para bebês até 6M)
20/01/26	Fórmula láctea infantil 1 (para bebês até 6M)	Papa de arroz, feijão, filé de peixe com tomate, batata e cenoura Salada de vagem Banana amassada	Sopa de feijão com frango cubos, beterraba e cenoura	Fórmula láctea infantil 1 (para bebês até 6M)
21/01/26	Fórmula láctea infantil 1 (para bebês até 6M)	Papa de arroz, feijão, pernil cubos com mandioca Salada de alface Abacaxi pedaço	Macarronada com carne bovina moída e tomate	Fórmula láctea infantil 1 (para bebês até 6M)
22/01/26	Fórmula láctea infantil 1 (para bebês até 6M)	Papa de arroz, feijão, frango em tiras com brócolis, creme de milho Salada de tomate Melancia pedaço	Sopa de fubá com pernil cubos e couve	Fórmula láctea infantil 1 (para bebês até 6M)
23/01/26	Fórmula láctea infantil 1 (para bebês até 6M)	Papa de arroz, feijão, carne bovina cubos com chuchu e berinjela Salada de pepino Abacate amassado	Canja de arroz com frango cubos, batata e cenoura	Fórmula láctea infantil 1 (para bebês até 6M)
Composição nutricional média semanal Energia (Kcal): 1.050,62 kcal = 4.398,61 kJ CHO (g): 135,91 g (51,9% VET) PTN (g): 52,41 g (20,0% VET) LPD (g): 32,63 g (28,1% VET) Fe: 3,45 mg Ca: 271,02 mg				
26/01/26	Fórmula láctea infantil 1 (para bebês até 6M)	Papa de arroz, feijão, ovos mexidos / omelete de forno / cozidos, purê de mandioquinha Salada de cenoura	Sopa de feijão com pernil cubos, beterraba e vagem	Fórmula láctea infantil 1 (para bebês até 6M)
27/01/26	Fórmula láctea infantil 1 (para bebês até 6M)	Papa de arroz, feijão, sobrecoxa de frango com batata Salada de alface Banana amassada	Macarronada carne bovina cubos, chuchu e tomate	Fórmula láctea infantil 1 (para bebês até 6M)
28/01/26	Fórmula láctea infantil 1 (para bebês até 6M)	Papa de arroz, feijão, carne bovina tiras com couve-flor e beterraba Salada de chicória Laranja pedaço s/ bagaço	Purê de cenoura e batata com frango desfiado	Fórmula láctea infantil 1 (para bebês até 6M)
29/01/26	Fórmula láctea infantil 1 (para bebês até 6M)	Papa de arroz, feijão, pernil cubos com tomate e cenoura Couve refogada Abacate amassado	Polenta com molho de carne bovina moída	Fórmula láctea infantil 1 (para bebês até 6M)
30/01/26	Fórmula láctea infantil 1 (para bebês até 6M)	Papa de arroz, feijão, carne bovina cubos com batata doce e abobrinha Salada de repolho Maçã raspada	Canja de arroz com frango tiras, mandioca e chuchu	Fórmula láctea infantil 1 (para bebês até 6M)
Composição nutricional média semanal Energia (Kcal): 1.028,12 kcal = 4.303,83 kJ CHO (g): 136,34 g (53,3% VET) PTN (g): 48,35 g (18,9% VET) LPD (g): 31,62 g (27,8% VET) Fe: 3,86 mg Ca: 269,16 mg				
Consistência: Pastosa/Líquida Bem cozido e amassado NÃO COAR Sujeito a alterações da nutricionista				
OBS.: Cardápio para casos em que a criança não se alimenta mais exclusivamente de leite materno Leite/ fórmula poderá ser ofertado em momentos extras				

Ciente da obrigatoriedade em seguir o cardápio diariamente:

Assinatura direção

Helen Dias Martins
Nutricionista Alimentação Escolar

CRN/3 78663
Helen Dias Martins
NUTRICIONISTA
CRN/3 78663