



PREFEITURA DO MUNICÍPIO DE PORTO FELIZ

Estado de São Paulo

Coordenadoria de Alimentação Escolar

Av. Armando Salles de Oliveira, 230 – Vila Progresso: Fone (015)3261 1673/1683

E-mail: centraldealimentos@portofeliz.sp.gov.br

**CARDÁPIO PADRÃO DE CRECHE A PARTIR DO 8º MÊS
1º SEMANA DE SETEMBRO/2016**

5ª feira – 01/09	6ª feira – 02/09
DESJEJUM	
Bolacha maisena Leite com Achocolatado	Pão com Margarina Leite com Achocolatado
ALMOÇO	
Arroz / feijão Ovos mexidos com cenoura Salada de repolho	Macarrão com molho de frango e abobrinha
SOBREMESA	
BANANA	MAÇA
LANCHE DA TARDE	
Suco de maçã Lanchinho de carne moída	Vitamina de banana
JANTAR	
Sopa de macarrão com feijão, legumes e carne em cubos	Purê de batata com molho de carne moída e legumes

Nota: A fruta indicada poderá ser substituída, caso não esteja madura, mas deverá ser servida durante a semana. O estoque disponível (excedente) de legumes ou verduras poderá ser acrescentado em refogados.

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES

*Camila Teles – CRN3 37592
Nutricionista Responsável Técnica*



PREFEITURA DO MUNICÍPIO DE PORTO FELIZ

Estado de São Paulo

Coordenadoria de Alimentação Escolar

Av. Armando Salles de Oliveira, 230 – Vila Progresso: Fone (015)3261 1673/1683

E-mail: centraldealimentos@portofeliz.sp.gov.br

2º SEMANA DE SETEMBRO/2016

2ª feira 05/09	3ª feira 06/09	4ª feira 07/09	5ª feira 08/09	6ª feira 09/09
DESJEJUM				
Bolacha Salgada Leite com Achocolatado	Pão com Margarina Leite com Achocolatado	-	Pão com Margarina Vitamina de mamão e banana	Pão com Margarina Leite com Achocolatado
ALMOÇO				
Arroz Cearense (feijão carioca com carne em cubos)	Arroz com brócolis Frango em molho com abobrinha Salada de alface	FERIADO	Arroz/Feijão Peixe em molho com batata Salada de alface	Arroz/Feijão Ovos mexidos com abobrinha Salada de cenoura
SOBREMESA				
MAMÃO	BANANA	-	MAMÃO	BANANA
LANCHE DA TARDE				
Suco de melancia Pão com margarina	Salada de frutas	-	Leite com achocolatado Bolacha salgada	Suco de melancia Bolacha maisena
JANTAR				
Canja de galinha com legumes	Sopa de macarrão com feijão, legumes e carne em cubos	-	Arroz com frango e brócolis Feijão	Polenta com molho de carne moída e legumes

Nota: A fruta indicada poderá ser substituída, caso não esteja madura, mas deverá ser servida durante a semana. O estoque disponível (excedente) de legumes ou verduras poderá ser acrescentado em refogados.

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES

Camila Teles – CRN3 37592
Nutricionista Responsável Técnica



PREFEITURA DO MUNICÍPIO DE PORTO FELIZ

Estado de São Paulo

Coordenadoria de Alimentação Escolar

Av. Armando Salles de Oliveira, 230 – Vila Progresso: Fone (015)3261 1673/1683

E-mail: centraldealimentos@portofeliz.sp.gov.br

3º SEMANA DE SETEMBRO /2016

2ª feira 12/9	3ª feira 13/9	4ª feira 14/9	5ª feira 15/9	6ª feira 16/9
DESJEJUM				
Bolacha Salgada Leite com Achocolatado	Pão com Margarina Leite com Achocolatado	Pão com Margarina Leite com Achocolatado	Bolacha Maisena Leite com Achocolatado	Pão com Margarina Suco de melancia
ALMOÇO				
Macarrão com molho de carne moída	Arroz/Feijão Cuscuz de frango com legumes Salada de repolho	Arroz com brócolis Feijão Carne em cubos com cenoura e abobrinha Salada de abobrinha	Arroz/Feijão Ovos cozidos com cenoura* Salada de abobrinha	Arroz com frango e brócolis Legumes refogados Salada de repolho
SOBREMESA				
BANANA	MELANCIA	MAMÃO	MELANCIA	BANANA
LANCHE DA TARDE				
Suco de laranja Pão com margarina	Vitamina de banana e mamão	Suco de Melancia Torta de legumes	Suco de laranja Lanchinho de carne moída	Leite com Achocolatado Bolacha salgada
JANTAR				
Purê de batata com molho de frango e legumes	Arroz Carne moída com legumes	Sopa de macarrão com legumes e frango	Polenta com molho de carne em cubos e legumes	Sopa de macarrão com feijão, legumes e carne em cubos

Nota: A fruta indicada poderá ser substituída, caso não esteja madura, mas deverá ser servida durante a semana. O estoque disponível (excedente) de legumes ou verduras poderá ser acrescentado em refogados.

*15/09: Picar os ovos cozidos e juntar c/ a cenoura cozida também picadinha

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES

Camila Teles – CRN3 37592
Nutricionista Responsável Técnica



PREFEITURA DO MUNICÍPIO DE PORTO FELIZ

Estado de São Paulo

Coordenadoria de Alimentação Escolar

Av. Armando Salles de Oliveira, 230 – Vila Progresso: Fone (015)3261 1673/1683

E-mail: centraldealimentos@portofeliz.sp.gov.br

4º SEMANA DE SETEMBRO /2016

2ª feira 19/9	3ª feira 20/9	4ª feira 21/9	5ª feira 22/9	6ª feira 23/9
DESJEJUM				
Bolacha Maisena Leite com Achocolatado	Pão com Margarina Leite com Achocolatado	Pão com Margarina Leite com Achocolatado	Bolacha Salgada Leite com Achocolatado	Bolacha maisena Vitamina de banana e maçã
ALMOÇO				
Arroz Carne moída com legumes	Arroz Peixe assado com batata Salada de alface	Arroz Cearense (feijão carioca com carne em cubos) Salada de brócolis e cenoura	Arroz com frango e brócolis Feijão Salada de alface	Arroz/Feijão Ovos mexidos com legumes Salada de cenoura
SOBREMESA				
BANANA	MAÇA	MELANCIA	BANANA	MAÇA
LANCHE DA TARDE				
Vitamina de banana e maçã	Suco de Melancia Bolacha Salgada	Suco de maçã Bolo simples	Suco de Melancia Pão com margarina	Leite com achocolatado Pão com Margarina
JANTAR				
Purê de batata com cenoura (ver receita) Frango com legumes	Sopa de macarrão com feijão, legumes e carne em cubos	Arroz com frango e brócolis Feijão	Polenta com molho de carne moída e legumes	Canja de galinha com legumes

Nota: A fruta indicada poderá ser substituída, caso não esteja madura, mas deverá ser servida durante a semana. O estoque disponível (excedente) de legumes ou verduras poderá ser acrescentado em refogados.

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES

Camila Teles – CRN3 37592
Nutricionista Responsável Técnica



PREFEITURA DO MUNICÍPIO DE PORTO FELIZ

Estado de São Paulo

Coordenadoria de Alimentação Escolar

Av. Armando Salles de Oliveira, 230 – Vila Progresso: Fone (015)3261 1673/1683

E-mail: centraldealimentos@portofeliz.sp.gov.br

5ª SEMANA DE SETEMBRO /2016

2ª feira 26/9	3ª feira 27/9	4ª feira 28/9	5ª feira 29/9	6ª feira 30/9
DESJEJUM				
Bolacha Maisena Leite com Achocolatado	Pão com Margarina Suco de maça	Bolacha salgada Leite com Achocolatado	Bolacha Salgada Leite com Achocolatado	Pão com Margarina Leite com Achocolatado
ALMOÇO				
Arroz Cearense (feijão carioca com carne em cubos)	Arroz/Feijão Almôndegas ao molho c/ abobrinha Salada de repolho	Arroz/Feijão Ovos mexidos com abobrinha Salada de cenoura	Arroz/Feijão Cuscuz de frango com legumes Salada de abobrinha	Macarrão com molho de frango Salada de repolho e beterraba
SOBREMESA				
BANANA	MAMÃO	MAÇA	BANANA	MAMÃO
LANCHE DA TARDE				
Suco de laranja Pão com margarina	Vitamina de banana e mamão	Suco de laranja Pão com margarina	Suco de maça Bolo de fubá	Suco de laranja Bolacha maisena
JANTAR				
Polenta com molho de frango e legumes	Sopa de fubá com carne moída e legumes	Sopa de macarrão com cenoura, beterraba e frango	Purê de batata com molho de carne em cubos e legumes	Sopa de macarrão com feijão, legumes e carne em cubos

Nota: A fruta indicada poderá ser substituída, caso não esteja madura, mas deverá ser servida durante a semana. O estoque disponível (excedente) de legumes ou verduras poderá ser acrescentado em refogados.

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES

Camila Teles – CRN3 37592
Nutricionista Responsável Técnica



PREFEITURA DO MUNICÍPIO DE PORTO FELIZ

Estado de São Paulo

Coordenadoria de Alimentação Escolar

Av. Armando Salles de Oliveira, 230 – Vila Progresso: Fone (015)3261 1673/1683

E-mail: centraldealimentos@portofeliz.sp.gov.br

ATENÇÃO

ATENTAR AS PREPARAÇÕES DIFERENCIADAS DOS CAFÉS DA MANHA DOS DIAS:

8/9 (VITAMINA DE BANANA E MAMÃO), 16/9 (SUCO DE MELANCIA), 23/9 (VITAMINA DE BANANA E MAÇA) E 27/9 (SUCO DE MAÇA)

RECEITA DE PURÊ DE BATATA E CENOURA (21/09)

INGREDIENTES:

3 batatas médias sem cascas

3 cenouras médias sem cascas

½ colher (sobremesa) sal

½ xícara de leite

½ colher (sopa) margarina

MODO DE PREPARO:

Corte as batatas e as cenouras em pedaços.

Coloque-as em uma panela e cubra com água. Adicione o sal e leve para ferver.

Retire do fogo depois que estiverem bem macias, aproximadamente 20 minutos. Escorra.

Logo após escorrer, coloque-as ainda quente em um processador (ou liquidificador) juntamente com o leite e a margarina.

Bata bem, até que esteja homogêneo.

Leve a mistura de volta ao fogo por apenas dois minutos.

Obs: Para as crianças com intolerância a lactose ou alergia ao leite usar óleo de soja no lugar do leite e da margarina para acertar a consistência do purê.

RENDE: 10 porções