|  |  |
| --- | --- |
|  | ESTADO DE SANTA CATARINA **PREFEITURA MUNICIPAL DE MAJOR VIEIRA** **CNPJ/MF 83.102.392/0001-27**Trav. Otacílio Florentino de Souza, 210 |

***ALIMENTAÇÃO ESCOLAR NA CRECHE***

A Creche Municipal de Major Vieira atende mais de 80 alunos ao dia, entre estes a maioria permanece em período integral. Por este motivo a Secretaria Municipal de Educação tem um cuidado especial com a Alimentação destas crianças que acabam tendo suas refeições realizadas na Creche.

A alimentação da Creche é supervisionada e orientada por profissional Nutricionista que atende as Recomendações da Organização Mundial da Saúde especificas para cada faixa etária das crianças, visando atender todas as necessidades nutricionais necessárias para que cresçam saudáveis, tenham um desenvolvimento e aprendizado adequado e fortaleçam o sistema imunológico para a prevenção de patologias.

Crianças precisam de rotina e na creche isto é levado em consideração inclusive nas refeições. Sendo fracionadas de acordo com a idade e tempo de intervalo necessário para ingestão e absorção adequada.

As refeições são divididas em:

- Café da Manhã: às 08:40 horas

- Almoço: às 11:00 horas

- Lanche da tarde: às 13:40 horas

- Jantinha: às 16:00 horas

As refeições são elaboradas com todos os cuidados higiênicos-sanitários e de maneira a preservar os nutrientes balanceados em carboidratos, proteínas, gorduras, vitaminas e sais minerais necessário para cada idade.

A Creche possui o cardápio diferenciado de acordo com a idade sendo diversificado diariamente para que as crianças conhecem e aprendam a comer os alimentos corretos e saudáveis.

O uso de sal, açúcar e alimentos processados é restrito, é baseado em frutas, verduras, legumes, alimentos protéicos como carnes, leites e derivados.

As orientações são separadas para menores de 06 meses, de 06 meses a 1 ano e acima de 1 ano, conforme abaixo:

**CARDÁPIO DA CRECHE – FEVEREIRO 2017 CRIANÇAS MENORES DE 6 MESES (PADRÃO)**

 Segundo a Organização Mundial da Saúde os bebês devem receber aleitamento materno exclusivo até os 6 meses de idade. Ou seja, até essa idade, o bebê deve tomar apenas leite materno e não deve ser oferecido nenhum outro alimento complementar ou bebida sem recomendação médica.

**CARDÁPIO DA CRECHE – FEVEREIRO 2017 CRIANÇAS DE 6 MESES A 1 ANO (PADRÃO)**

 A partir dos 6 meses de idade todas as crianças devem receber alimentos complementares (frutas, papas, sopas, etc) e manter o aleitamento materno.

 As frutas serão variadas de acordo com a maturação entre elas e deverão ser fornecidas na forma amassada ou suco: banana, laranja, maçã, pêra, abacate, abacaxi, mamão, manga, kiwi, etc sem adição de açúcar

 As Sopas deverão sempre conter uma Carne, um carboidrato (arroz ou batata ou batata doce, ou batata salsa, aipim ou macarrão) e no mínimo 3 tipos de legumes variados e deverão ser servidas de forma espessa (sem muito líquido).

 Após a ingestão das sopas e papas salgadas deverá ser fornecido em torno de 30ml de suco de frutas natural cítrico sem adição de açúcar (tipo laranja, abacaxi, etc)

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | ***SEGUNDA-FEIRA***  | ***TERÇA-FEIRA***  | ***QUARTA-FEIRA***  | ***QUINTA-FEIRA***  | ***SEXTA-FEIRA***  |
|  | LEITE MATERNO | LEITE MATERNO | LEITE MATERNO | LEITE MATERNO | LEITE MATERNO |
| ***CAFÉ MANHÃ******08:40*** | FRUTA | FRUTA | FRUTA | FRUTA | FRUTA |
| ***ALMOÇO******11:00*** | SOPA COM UMA PROTEÍNA, UM CARBOIDRATO E MINIMO 3 TIPOS DE LEGUMES/VERDURAS  | SOPA COM UMA PROTEÍNA, UM CARBOIDRATO E MINIMO 3 TIPOS DE LEGUMES/VERDURAS | SOPA COM UMA PROTEÍNA, UM CARBOIDRATO E MINIMO 3 TIPOS DE LEGUMES/VERDURAS | SOPA COM UMA PROTEÍNA, UM CARBOIDRATO E MINIMO 3 TIPOS DE LEGUMES/VERDURAS | SOPA COM UMA PROTEÍNA, UM CARBOIDRATO E MINIMO 3 TIPOS DE LEGUMES/VERDURAS |
|  | LEITE MATERNO | LEITE MATERNO | LEITE MATERNO | LEITE MATERNO | LEITE MATERNO |
| ***LANCHE TARDE******13:40*** | FRUTA | FRUTA | FRUTA | FRUTA | FRUTA |
| ***JANTA******16:00*** | SOPA COM UMA PROTEÍNA, UM CARBOIDRATO E MINIMO 3 TIPOS DE LEGUMES/VERDURAS | SOPA COM UMA PROTEÍNA, UM CARBOIDRATO E MINIMO 3 TIPOS DE LEGUMES/VERDURAS | SOPA COM UMA PROTEÍNA, UM CARBOIDRATO E MINIMO 3 TIPOS DE LEGUMES/VERDURAS | SOPA COM UMA PROTEÍNA, UM CARBOIDRATO E MINIMO 3 TIPOS DE LEGUMES/VERDURAS | SOPA COM UMA PROTEÍNA, UM CARBOIDRATO E MINIMO 3 TIPOS DE LEGUMES/VERDURAS |



|  |  |
| --- | --- |
|  | **ESTADO DE SANTA CATARINA** **PREFEITURA MUNICIPAL DE MAJOR VIEIRA****SECRETARIA DE EDUCAÇÃO, CULTURA E DESPORTO** **CNPJ/MF 83.102.392/0001-27**Trav. Otacílio Florentino de Souza, 210 |

**CARDÁPIO JUNHO CRECHE (VARIAVEL MENSALEMNTE)**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  | ***QUINTA-FEIRA*** ***01*** | ***SEXTA-FEIRA*** ***02*** |
| ***CAFÉ MANHÃ******08:40*** |  |  |  | - PÃO BRANCO COM DOCE DE FRUTAS- IOGURTE DE COCO | - PÃO INTEGRAL COM PATÊ DE FRANGO- LEITE |
| ***ALMOÇO******11:00*** |  |  |  | - ARROZ- FEIJÃO- FRANGO AO MOLHO VERMELHO- QUIRERA- SALADA DE COUVE-FLOR | - ARROZ- FEIJÃO- MAIONESE SEM OVO CRU- CARNE SUÍNA ASSADA- SALADA DE PEPINO E ACELGA |
| ***LANCHE TARDE******13:40*** |  |  |  | - BOLO DE FUBÁ- SUCO DE ABACAXI | - PAO DE QUEIJO- IOGURTE DE MORANGO |
| ***JANTA******16:00*** |  |  |  | - SOPA DE CARNE SUÍNA COM BATATA, ABOBRINHA, ACELGA E VAGEM | - SOPA DE FRANGO COM MACARRÃO, BRÓCOLIS E COUVE-FLOR |

***Observação*: - As frutas e verduras poderão ser alteradas e servidas em dias diferentes de acordo com o grau de maturação das mesmas.**

 **- A sopas deverão ser servidas de forma espessa (sem muito líquido).**

|  |  |
| --- | --- |
|  | **ESTADO DE SANTA CATARINA** **PREFEITURA MUNICIPAL DE MAJOR VIEIRA****SECRETARIA DE EDUCAÇÃO, CULTURA E DESPORTO** **CNPJ/MF 83.102.392/0001-27**Trav. Otacílio Florentino de Souza, 210 |



**CARDÁPIO JUNHO CRECHE**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | ***SEGUNDA-FEIRA*** ***05*** | ***TERÇA-FEIRA*** ***06*** | ***QUARTA-FEIRA*** ***07*** | ***QUINTA-FEIRA*** ***08*** | ***SEXTA-FEIRA*** ***09*** |
| ***CAFÉ MANHÃ******08:40*** | - PÃO BRANCO COM MARGARINA QUEIJO E PRESUNTO- ACHOCOLATADO | - PÃO INTEGRAL COM DOCE DE LEITE- LEITE | - PÃO DE CACHORRO QUENTE AO MOLHO DE SALSICHA- BEBIDA LÁCTEA DE FLOCOS | - PÃO BRANCO COM DOCE DE FRUTAS- IOGURTE DE COCO | - PÃO INTEGRAL COM OVOS MEXIDOS- LEITE |
| ***ALMOÇO******11:00*** | - ARROZ- FEIJÃO- FRANGO GRELHADO EM TIRAS- FAROFA DE LEGUMES- REPOLHO VERDE REFOGADO- CENOURA COZIDA  | - ARROZ- FEIJÃO- CARNE BOVINA AO MOLHO- PURÊ DE BATATA- SALADA DE BETERRABA E NABO RALADO | - ARROZ- FEIJÃO- FÍGADO- MACARRÃO AO MOLHO BRANCO- SALADA DE ALFACE ROXA E TOMATE | - ARROZ- FEIJÃO- BATATA SALSA COZIDA- FRANGO REFOGADO- SALADA DE PEPINO E ACELGA | - ARROZ- FEIJÃO- ROCAMBOLE DE CARNE MOÍDA - SALADA DE BRÓCOLIS E COUVE FLOR |
| ***LANCHE TARDE******13:40*** | - BISCOITO CASEIRO- VITAMINA DE MAÇÃ E ABACATE | - TORTA SALGADA DE QUEIJO E LEGUMES- IOGURTE DE COCO | - NEGA MALUCA- LEITE BATIDO COM MAMÃO |  - PAVÊ DE BOLACHA- MIMOSA | - SAGU DE UVA - CREME DE BAUNILHA |
| ***JANTA******16:00*** | SOPA DE FRANGO COM BATATA, CHUCHU E BETERRABA | - SOPA DE CARNE MOÍDA COM BATATA , CENOURA E REPOLHO VERDE | - SOPA DE CARNE BOVINA COM AIPIM, LENTILHA, COUVE MANTEIGA E CENOURA | - SOPA DE CARNE SUÍNA COM BATATA, ABOBRINHA, ACELGA E VAGEM | - SOPA DE FRANGO COM MACARRÃO, BRÓCOLIS E COUVE-FLOR |

***Observação*: - As frutas e verduras poderão ser alteradas e servidas em dias diferentes de acordo com o grau de maturação das mesmas.**

 **- A sopas deverão ser servidas de forma espessa (sem muito líquido).**

|  |  |
| --- | --- |
|  | **ESTADO DE SANTA CATARINA** **PREFEITURA MUNICIPAL DE MAJOR VIEIRA****SECRETARIA DE EDUCAÇÃO, CULTURA E DESPORTO** **CNPJ/MF 83.102.392/0001-27**Trav. Otacílio Florentino de Souza, 210 |

**CARDÁPIO JUNHO CRECHE**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | ***SEGUNDA-FEIRA*** ***12*** | ***TERÇA-FEIRA*** ***13*** | ***QUARTA-FEIRA*** ***14*** | ***QUINTA-FEIRA*** ***15*** | ***SEXTA-FEIRA*** ***16*** |
| ***CAFÉ MANHÃ******08:40*** | - PÃO BRANCO COM MARGARINA QUEIJO E PRESUNTO- ACHOCOLATADO | - PÃO INTEGRAL COM DOCE DE LEITE- LEITE | - PÃO DE CACHORRO QUENTE COM RICOTA TEMPERADA- BEBIDA LÁCTEA DE FLOCOS | - PÃO BRANCO COM DOCE DE FRUTAS- IOGURTE DE MORANGO | - PÃO INTEGRAL COM OVOS MEXIDOS-LEITE  |
| ***ALMOÇO******11:00*** | - ARROZ- FEIJÃO- FRANGO XADREZ (CEBOLA, PIMENTÃO VERDE, VERMELHO E AMARELO)- BATATA PALHA- SALADA DE REPOLHO ROXO E CENOURA RALADOS | - ARROZ- FEIJÃO- CARNE BOVINA REFOGADA- BATATA DOCE ASSADA- ABOBRINHA REFOGADA- SALADA DE BETERRABA COZIDA | - ARROZ- FEIJÃO- CORAÇÃO- MACARRÃO AO MOLHO VERMELHO- SALADA DE ALFACE AMERICANA E TOMATE | - ARROZ- VIRADO DE FEIJÃO- FRANGO REFOGADO- ACELGA REFOGADA- SALADA DE BRÓCOLIS E COUVE-FLOR | - ARROZ- FEIJÃO- QUIBE ASSADO- SALADA TIPILE, ALFACE, TOMATE, PEPINO, FARINHA TRIGO PARA QUIBE |
| ***LANCHE TARDE******13:40*** | - BISCOITO SALGADO INTEGRAL- LEITE- MAÇÃ | - SFIRRA DE FRANGO COM LEGUMES- IOGURTE DE MORANGO | - MINGAU DE AVEIA- PONKAN | - CUQUE DE BANANA- ACHOCOALTADO | - ROSCA DE POLVILHO- LEITE BATIDO COM BANANA |
| ***JANTA******16:00*** | SOPA DE FRANGO COM BATATA SALSA, CHUCHU E BETERRABA | - SOPA DE CARNE MOÍDA COM BATATA, CENOURA E REPOLHO VERDE | - SOPA DE CARNE BOVINA COM AIPIM, FEIJÃO, COUVE MANTEIGA E CENOURA | SOPA COM OVOS, BATATA, CENOURA, REPOLHO E ABOBRINHA | - SOPA DE FRANGO COM MACARRÃO, BRÓCOLIS E COUVE-FLOR |

***Observação*: - As frutas e verduras poderão ser alteradas e servidas em dias diferentes de acordo com o grau de maturação das mesmas.**

 **- A sopas deverão ser servidas de forma espessa (sem muito líquido).**



|  |  |
| --- | --- |
|  | **ESTADO DE SANTA CATARINA** **PREFEITURA MUNICIPAL DE MAJOR VIEIRA****SECRETARIA DE EDUCAÇÃO, CULTURA E DESPORTO** **CNPJ/MF 83.102.392/0001-27**Trav. Otacílio Florentino de Souza, 210 |

**CARDÁPIO JUNHO CRECHE**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | ***SEGUNDA-FEIRA*** ***20*** | ***TERÇA-FEIRA*** ***21*** | ***QUARTA-FEIRA*** ***22*** | ***QUINTA-FEIRA*** ***23*** | ***SEXTA-FEIRA*** ***24*** |
| ***CAFÉ MANHÃ******08:40*** | - PÃO BRANCO COM MARGARINA QUEIJO E PRESUNTO- ACHOCOLATADO | - PÃO INTEGRAL COM DOCE DE LEITE- LEITE | - PÃO DE CACHORRO QUENTE COM OVOS MEXIDOS- BEBIDA LÁCTEA DE FLOCOS | - PÃO BRANCO COM DOCE DE FRUTAS- IOGURTE DE MORANGO | - PÃO INTEGRAL COM REQUEIJÃO E CARNE MOÍDA REFOGADA- LEITE |
| ***ALMOÇO******11:00*** | - ARROZ- FEIJÃO- FRANGO ACEBOLADO- FAROFA DE LEGUMES- REPOLHO REFOGADO- CENOURA COZIDA | - ARROZ- FEIJÃO- BATATA SALSA COZIDA- CARNE BOVINA AO MOLHO- SALADA DE ACELGA E BETERRABA RALADA | - ARROZ- FEIJÃO- PEIXE ENSOPADO- BATATA SOUTEÉ- SALADA DE ALFACE ROXA E TOMATE | - ARROZ- FEIJÃO- POLENTA- FRANGO AO MOLHO- SALADA DE COUVE-FLOR | - ARROZ- FEIJÃO- MACARRÃO- ALMONDEGAS AO MOLHO- PEPINO E VAGEM |
| ***LANCHE TARDE******13:40*** | - BISCOITO COCO- VITAMINA DE MAÇÃ E ABACATE | - BOLO SALGADO DE CARNE MOÍDA COM LEGUMES- IOGURTE DE COCO | - NESTONLEITE- MANGA | - BOLO DE BETERRABA- SUCO DE LARANJA | - PÃO DE QUEIJO- ACHOCOLATADO- BANANA |
| ***JANTA******16:00*** | SOPA DE FRANGO COM BATATA, CHUCHU E BETERRABA | - SOPA DE CARNE MOÍDA COM BATATA, CENOURA E REPOLHO VERDE | - SOPA DE CARNE BOVINA COM AIPIM, LENTILHA, COUVE MANTEIGA E CENOURA | - SOPA DE FÍGADO COM BATATA, ABOBRINHA, ACELGA E VAGEM | - SOPA DE FRANGO COM MACARRÃO, BRÓCOLIS E COUVE-FLOR |

***Observação*: - As frutas e verduras poderão ser alteradas e servidas em dias diferentes de acordo com o grau de maturação das mesmas.**

 **- A sopas deverão ser servidas de forma espessa (sem muito líquido).**



|  |  |
| --- | --- |
|  | **ESTADO DE SANTA CATARINA** **PREFEITURA MUNICIPAL DE MAJOR VIEIRA****SECRETARIA DE EDUCAÇÃO, CULTURA E DESPORTO** **CNPJ/MF 83.102.392/0001-27**Trav. Otacílio Florentino de Souza, 210 |

**CARDÁPIO JUNHO CRECHE**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | ***SEGUNDA-FEIRA*** ***26*** | ***TERÇA-FEIRA*** ***27*** | ***QUARTA-FEIRA*** ***28*** | ***QUINTA-FEIRA*** ***29*** | ***SEXTA-FEIRA*** ***30*** |
| ***CAFÉ MANHÃ******08:40*** | - PÃO BRANCO COM MARGARINA QUEIJO E PRESUNTO- ACHOCOLATADO | - PÃO INTEGRAL COM DOCE DE LEITE- LEITE | - PÃO DE CACHORRO QUENTE COM OVOS MEXIDOS- BEBIDA LÁCTEA DE FLOCOS | - PÃO BRANCO COM DOCE DE FRUTAS- IOGURTE DE COCO | - PÃO INTEGRAL COM PATÊ DE FRANGO- LEITE |
| ***ALMOÇO******11:00*** | - ARROZ- FEIJÃO- CREME DE MILHO- FRANGO GRELHADO- SALADA DE REPOLHO ROXO E CENOURA RALADA | - ARROZ- FEIJÃO- CARNE BOVINA REFOGADA COM BATATA, CHUCHU E CENOURA- SALADA DE ACELGA E BETERRABA | - ARROZ- FEIJÃO- PEIXE ENSOPADO- BATATA SOUTEÉ- SALADA DE ALFACE ROXA E TOMATE | - ARROZ- FEIJÃO- FRANGO AO MOLHO VERMELHO- QUIRERA- SALADA DE COUVE-FLOR | - ARROZ- FEIJÃO- MAIONESE SEM OVO CRU- CARNE SUÍNA ASSADA- SALADA DE PEPINO E ACELGA |
| ***LANCHE TARDE******13:40*** | - BISCOITO TIPO ROSCA - LEITE- MAÇÃ | - ESPUMA DE TOMATE COM FRANGO E LEGUMES- IOGURTE DE MORANGO | - BOLO DE CENOURA- LEITE- MANGA | - ENROLADINHO DE QUEIJO E PRESUNTO TOMATE E OREGANO- SUCO DE ABACAXI | - SAGU DE ABACAXI QUENTE |
| ***JANTA******16:00*** | SOPA DE FRANGO COM BATATA SALSA, CHUCHU E BETERRABA | - SOPA DE CARNE MOÍDA COM BATATA, CENOURA E REPOLHO VERDE | - SOPA DE CARNE BOVINA COM AIPIM, LENTILHA, COUVE MANTEIGA E CENOURA | - SOPA DE CARNE SUÍNA COM BATATA, ABOBRINHA, ACELGA E VAGEM | - SOPA DE FRANGO COM MACARRÃO, BRÓCOLIS E COUVE-FLOR |

***Observação*: - As frutas e verduras poderão ser alteradas e servidas em dias diferentes de acordo com o grau de maturação das mesmas.**

 **- A sopas deverão ser servidas de forma espessa (sem muito líquido).**



|  |  |
| --- | --- |
|  | **ESTADO DE SANTA CATARINA** **PREFEITURA MUNICIPAL DE MAJOR VIEIRA****SECRETARIA DE EDUCAÇÃO, CULTURA E DESPORTO** **CNPJ/MF 83.102.392/0001-27**Trav. Otacílio Florentino de Souza, 210 |

**CARDÁPIO JUNHO CRECHE**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | ***SEGUNDA-FEIRA*** ***03*** | ***TERÇA-FEIRA*** ***04*** | ***QUARTA-FEIRA*** ***05*** |  |  |
| ***CAFÉ MANHÃ******08:40*** | - PÃO BRANCO COM MARGARINA QUEIJO E PRESUNTO- ACHOCOLATADO | - PÃO INTEGRAL COM DOCE DE LEITE- LEITE | - PÃO DE CACHORRO QUENTE COM OVOS MEXIDOS- BEBIDA LÁCTEA DE FLOCOS |  |  |
| ***ALMOÇO******11:00*** | - ARROZ- FEIJÃO- FRANGO GRELHADO EM TIRAS- FAROFA DE LEGUMES- REPOLHO VERDE REFOGADO- CENOURA COZIDA  | - ARROZ- FEIJÃO- CARNE BOVINA REFOGADA COM BATATA, CHUCHU E CENOURA- SALADA DE ACELGA E BETERRABA | - ARROZ- FEIJÃO- PEIXE ENSOPADO- BATATA SOUTEÉ- SALADA DE ALFACE ROXA E TOMATE |  |  |
| ***LANCHE TARDE******13:40*** | - BISCOITO CASEIRO- VITAMINA DE BANANA | - BOLO SALGADO COM CARNE MOÍDA, MILHO, ERVILHA, TOMATE E CENOURA- IOGURTE DE MORANGO | - ARROZ DOCE COM COCO- MANGA |  |  |
| ***JANTA******16:00*** | SOPA DE FRANGO COM BATATA, CHUCHU E BETERRABA | - SOPA DE CARNE MOÍDA COM BATATA, CENOURA E REPOLHO VERDE | - SOPA DE CARNE BOVINA COM AIPIM, LENTILHA, COUVE MANTEIGA E CENOURA |  |  |

***Observação*: - As frutas e verduras poderão ser alteradas e servidas em dias diferentes de acordo com o grau de maturação das mesmas.**

 **- A sopas deverão ser servidas de forma espessa (sem muito líquido).**