



PREFEITURA MUNICIPAL DA ESTÂNCIA BALNEÁRIA DE UBATUBA

CARDÁPIO CRECHES VERÃO 2015/16 (jan, fev, mar, abr, out, nov, dez)

DATA	DESJEJUM 8h	ALMOÇO 11h	PAPA BERÇÁRIO 1	LANCHE 14h	JANTAR 16h
Segunda	Leite c/ achocolatado Biscoito integral c/ geléia	Arroz, polenta, almôndegas, chuchu	Carne moída, chuchu, fubá	Leite c/ Juçara Biscoito doce	Macarrão com molho de frango, beterraba
Terça	Leite sabor morango Biscoito doce	Arroz, feijão, carne cubos com batata doce ou mandioca, melancia ou abacaxi	Carne cubos, batata doce/ou Mandioca, vagem	Suco polpa Biscoito salgado	Arroz, carne suína, tomate
Quarta	Leite c/ achocolatado Biscoito salgado	Arroz, feijão, peixe, salada rúcula	Frango, mandioca, couve	Banana com aveia e mel	Escondidinho mandioca com carne moída, Suco polpa
Quinta	Yuk Mix, sucrilhos banana prata	Arroz integral, feijão, frango, salada acelga	Caldo de feijão, frango, acelga	Leite c/ achoc Biscoito salgado c/ geléia	Arroz, ovos mexidos com espinafre
Sexta	Leite c/ achocolatado Biscoito integral	Arroz, carne iscas com vagem, Suco	Carne iscas, batata, cenoura	Salada de frutas (mamão, laranja, maçã)	Risoto de frango, Suco polpa
Segunda	Leite c/achocolatado Biscoito doce	Macarrão integral com atum, beterraba, Suco	Frango, macarrão, abóbora	Arroz doce	Arroz, isca de carne com abóbora
Terça	Leite sabor morango Pão c/ requeijão	Arroz, feijão, carne suína, alface + tomate	Frango, mandioca, chuchu	Suco maracujá Biscoito salgado	Risoto de frango, milho, ervilha, Suco polpa
Quarta	Leite c/ achocolatado Virado farinha de milho com Banana nanica	Arroz, feijão, carne moída com batata doce, brócolis ou couve-flor	Carne moída, inhame, couve	Leite c/ achoc Pão c/ requeijão	Polenta com molho de frango, Suco
Quinta	Leite c/ cambuci Biscoito salgado	Arroz, feijão, ovos mexidos, espinafre	Caldo de feijão, frango, espinafre	Banana com aveia e mel	Macarrão com almôndegas, Suco polpa
Sexta	Leite com Juçara Biscoito integral	Risoto de pupunha, fígado iscas acebolado, Suco	Carne iscas, batata, cenoura	Leite c/ achoc goiaba ou mamão	Torta de frango, batata, cenoura (liquidificador), Gelatina

“Os cardápios estão sujeitos a alterações pela Diretoria de Alimentação Escolar, devido aos seguintes motivos: problemas com fornecedores, sazonalidade, clima, tempo, aulas suspensas, sobras em estoque, entre outros”.

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE UBATUBA – ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

Rua Gastão Madeira nº 101 – Centro – 11680-000 – Ubatuba-SP

Tel.: (12) 3834-4469

merenda.ubatuba@hotmail.com



PREFEITURA MUNICIPAL DA ESTÂNCIA BALNEÁRIA DE UBATUBA

CARDÁPIO CRECHES VERÃO 2015/16 (jan, fev, mar, abr, out, nov, dez)

DATA	DESJEJUM	ALMOÇO	PAPA BERÇÁRIO 1	LANCHE	JANTAR
Segunda	Leite c/ achocolatado Biscoito salgado c/ geléia	Arroz, polenta com molho de frango, cenoura	Frango, fubá, cenoura	Leite c/cambuci Bisc. integral	Macarrão com atum, salada repolho
Terça	Leite sabor morango Biscoito doce	Arroz, feijão, carne iscas, pepino + tomate	Carne iscas, repolho, macarrão	Banana com aveia e mel	Polenta com molho de frango, Suco polpa
Quarta	Leite com sucrilhos maçã	Arroz, feijão, sobrecoxa com abobrinha, Suco	Frango, abobrinha, mandioca	Leite c/ Juçara Cookies	Arroz, peixe, salada tomate
Quinta	Leite c/achocolatado Biscoito integral	Arroz, feijão, proteína de soja (limão, orégano e cebola), escarola	Canja com escarola	Suco maracujá Bisc salgado c/ geléia	Escondidinho mandioca com carne moída, Suco
Sexta	Yuk Mix Cookies	Macarronada com almôndegas, berinjela, maçã	Carne, batata, vagem	Canjica	Risoto de frango, Suco polpa
Segunda	Leite c/achocolatado Biscoito doce	Arroz, frango com canjiquinha, repolho	Frango, fubá, chuchu	Leite c/ achoc Bisc integral	Arroz, fígado iscas, chuchu
Terça	Leite Juçara Biscoito integral	Arroz, feijão, carne cubos com abóbora, Suco	Carne cubos, mandioca, abóbora	Vitamina de mamão ou maçã	Macarrão integral com brócolis, isca de frango
Quarta	Leite c/ achocolatado Pão c/ margarina	Arroz, feijão preto, carne suína, farofa de couve	Carne moída, arroz, couve	Banana com aveia e mel	Polenta com molho de carne moída, Suco polpa
Quinta	Leite com sucrilhos banana ouro	Arroz, feijão, fígado, alface + tomate	Caldo feijão, carne, taioba inhame	Suco polpa Pão c/ margarina	Frango com inhame, Suco
Sexta	Leite c/ achocolatado Biscoito salgado	Nhoque com molho de frango, rúcula, Suco	Frango, batata doce, cenoura	Gelatina Biscoito doce	Arroz, ovos mexidos com cenoura

“Os cardápios estão sujeitos a alterações pela Diretoria de Alimentação Escolar, devido aos seguintes motivos: problemas com fornecedores, sazonalidade, clima, tempo, aulas suspensas, sobras em estoque, entre outros”.

Recomendação FNDE: atender 70% das necessidades nutricionais diárias em período integral

ALUNOS	RECOMENDADO	ATENDIDO PELA MERENDA
Crianças 7 a 11 meses	450 kcal	550 kcal
Crianças 1 a 3 anos	700 kcal	850 kcal

Cláudia Raffaelli Nascimento

Nutricionista CRN3/7512

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE UBATUBA – ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

Rua Gastão Madeira nº 101 – Centro – 11680-000 – Ubatuba-SP

Tel.: (12) 3834-4469

merenda.ubatuba@hotmail.com