



CARDÁPIO NUTRICIONAL

02à06de Março

Responsável técnica
Marivone Rosa – Nutricionista
CRN 10-211

BERÇÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
DESJEJUM/ COLAÇÃO 8h30	Papa de abacate com banana	Maçã cozida	Mamão amassado com banana	Manga amassada	Pera
ALMOÇO 10h30	Purê de mandioquinha Macarrão cabelo de anjo Carne moída Abobrinha	Arroz papa Carne ensopada desfiada Brócolis e couve flor	Purê de cenoura e beterraba Arroz bem cozido Frango desfiado	Minestra (feijão, macarrão cabelo de anjo, batata e cenoura) Peixe desfiado	Frango ensopado com papa de abóbora
LANCHE DA TARDE 14h15	Banana amassada com aveia	Papa de pera e banana	Papa de frutas (mamão, banana, maçã)	Mamão amassado com suco de laranja	Creme de abacate
JANTAR 16h30	Canja (arroz, frango, cenoura e chuchu)	Polenta com carne moída Purê de abóbora e espinafre	Arroz Lentilha Purê de Batata Carne ensopada	Purê de aipim com cenoura Frango desfiado com macarrão cabelo de anjo	Sopa de legumes com carne (batata, espinafre e cenoura)

Recomendações gerais:

- Do 4^a ao 8^a mês, a fruta deve ser oferecida em forma de papa.
- Sempre usar o garfo, não liquidificar e não passar na peneira.
- A papa deve ficar com a consistência em forma de purê grosso.
- O feijão sempre é cozido com legumes (chuchu, batata doce, abóbora, couve).
- A carne deve ser cozida junto com os legumes e retirada depois.
- As frutas e sucos estão sujeitos a substituições em virtude da disponibilidade.



Responsável técnica
Marivone Rosa – Nutricionista
CRN 10-211

CARDÁPIO NUTRICIONAL

09 à 13 de Março

BERÇÁRIO

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
DESJEJUM/ COLAÇÃO 8h30	Maçã cozida com canela	Papa de pera com morango	Creme de abacate	Banana com mamão amassados	Papa de manga
ALMOÇO 10h30	Purê de aipim com cenoura Frango desfiado com macarrão cabelo de anjo	Caldo de feijão Arroz bem cozido Carne desfiada com batatinha e cenoura	Polenta mole com Carne moída Purê de abóbora	Papa de abóbora, batata e brócolis Frango desfiado	Sopa de verduras com carne (batata, vagem, cenoura)
LANCHE DA TARDE 14h15	Manga amassada	Banana amassada com aveia	Mamão com maçã amassadinhos	Pera cozida amassada	Maçã cozida com canela
JANTAR 16h30	Papa de abóbora e brócolis Carne moída Arroz bem cozido	Minestra (feijão, macarrão cabelo de anjo, batata e cenoura) Frango desfiado	Sopa de verduras com carne (batata, vagem, cenoura)	Batata salsa com cebolinha Arroz papa Cenoura e beterraba Carne desfiada	Canja (arroz, frango, cenoura, batata e cebolinha verde)

Recomendações gerais:

- Do 4^a ao 8^a mês, a fruta deve ser oferecida em forma de papa.
- Sempre usar o garfo, não liquidificar e não passar na peneira.
- A papa deve ficar com a consistência em forma de purê grosso.
- O feijão sempre é cozido com legumes (chuchu, batata doce, abóbora, couve).
- A carne deve ser cozida junto com os legumes e retirada depois.
- As frutas e sucos estão sujeitos a substituições em virtude da disponibilidade.

CARDÁPIO NUTRICIONAL

16 à 21 de março

BERÇÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
DESJEJUM/ COLAÇÃO 8h30	Papa de abacate com banana	Maçã cozida	Mamão amassado com banana	Manga amassada	Pera
ALMOÇO 10h40	Purê de mandioquinha Macarrão cabelo de anjo Carne moída Abobrinha	Arroz papa Carne ensopada desfiada Brócolis e couve flor	Purê de cenoura e beterraba Arroz bem cozido Frango desfiado	Minestra (feijão, macarrão cabelo de anjo, batata e cenoura) Peixe desfiado	Frango ensopado com papa de abóbora
LANCHE DA TARDE 14h15	Banana amassada com aveia	Papa de pera e banana	Papa de frutas (mamão, banana, maçã)	Mamão amassado com suco de laranja	Creme de abacate
JANTAR 16h30	Canja (arroz, frango, cenoura e chuchu)	Polenta com carne moída Purê de abóbora e espinafre	Arroz Lentilha Purê de Batata Carne ensopada	Purê de aipim com cenoura Frango desfiado com macarrão cabelo de anjo	Sopa de legumes com carne (batata, espinafre e cenoura)

Recomendações gerais:

- Do 4^a ao 8^a mês, a fruta deve ser oferecida em forma de papa.
- Sempre usar o garfo, não liquidificar e não passar na peneira.
- A papa deve ficar com a consistência em forma de purê grosso.
- O feijão sempre é cozido com legumes (chuchu, batata doce, abóbora, couve).
- A carne deve ser cozida junto com os legumes e retirada depois.
- As frutas e sucos estão sujeitos a substituições em virtude da disponibilidade.



Responsável técnica
Marivone Rosa – Nutricionista
CRN 10-211

CARDÁPIO NUTRICIONAL

23 à 28 de Março

BERÇÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
DESJEJUM/ COLAÇÃO 8h30	Maçã cozida com canela	Papa de pera com morango	Creme de abacate	Banana com mamão amassados	Papa de manga
ALMOÇO 10h30	Purê de aipim com cenoura Frango desfiado com macarrão cabelo de anjo	Caldo de feijão Arroz bem cozido Carne desfiada com batatinha e cenoura	Polenta mole com Carne moída Purê de abóbora	Papa de abóbora, batata e brócolis Frango desfiado	Sopa de verduras com carne (batata, vagem, cenoura)
LANCHE DA TARDE 14h15	Manga amassada	Banana amassada com aveia	Mamão com maçã amassadinhos	Pera cozida amassada	Maçã cozida com canela
JANTAR 16h30	Papa de abóbora e brócolis Carne moída Arroz bem cozido	Minestra (feijão, macarrão cabelo de anjo, batata e cenoura) Frango desfiado	Sopa de verduras com carne (batata, vagem, cenoura)	Batata salsa com cebolinha Arroz papa Cenoura e beterraba Carne desfiada	Canja (arroz, frango, cenoura, batata e cebolinha verde)

Recomendações gerais:

- Do 4^a ao 8^a mês, a fruta deve ser oferecida em forma de papa.
- Sempre usar o garfo, não liquidificar e não passar na peneira.
- A papa deve ficar com a consistência em forma de purê grosso.
- O feijão sempre é cozido com legumes (chuchu, batata doce, abóbora, couve).
- A carne deve ser cozida junto com os legumes e retirada depois.
- As frutas e sucos estão sujeitos a substituições em virtude da disponibilidade.

CARDÁPIO NUTRICIONAL

30 à 03 de Abril

BERÇÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
DESJEJUM/ COLAÇÃO 8h30	Papa de abacate com banana	Maçã cozida	Mamão amassado com banana	Manga amassada	Pera
ALMOÇO 10h30	Purê de mandioquinha Macarrão cabelo de anjo Carne moída Abobrinha	Arroz papa Carne ensopada desfiada Brócolis e couve flor	Purê de cenoura e beterraba Arroz bem cozido Frango desfiado	Minestra (feijão, macarrão cabelo de anjo, batata e cenoura) Peixe desfiado	Frango ensopado com papa de abóbora
LANCHE DA TARDE 14h15	Banana amassada com aveia	Papa de pera e banana	Papa de frutas (mamão, banana, maçã)	Mamão amassado com suco de laranja	Creme de abacate
JANTAR 16h30	Canja (arroz, frango, cenoura e chuchu)	Polenta com carne moída Purê de abóbora e espinafre	Arroz Lentilha Purê de Batata Carne ensopada	Purê de aipim com cenoura Frango desfiado com macarrão cabelo de anjo	Sopa de legumes com carne (batata, espinafre e cenoura)

Recomendações gerais:

- Do 4^a ao 8^a mês, a fruta deve ser oferecida em forma de papa.
- Sempre usar o garfo, não liquidificar e não passar na peneira.
- A papa deve ficar com a consistência em forma de purê grosso.
- O feijão sempre é cozido com legumes (chuchu, batata doce, abóbora, couve).
- A carne deve ser cozida junto com os legumes e retirada depois.
- As frutas e sucos estão sujeitos a substituições em virtude da disponibilidade.