



Responsável técnica  
Marivone Rosa – Nutricionista  
CRN 10-211

## CARDÁPIO NUTRICIONAL

02 à 06 de Setembro

BERÇÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
<b>DESJEJUM/ COLAÇÃO</b> 8h30	Banana amassada com aveia	Creme de maracujá com banana	Creme de abacate	Mamão picadinho com banana amassada	Maçã cozidinha raspadinha
<b>ALMOÇO</b> 10h30	Arroz e Feijão Franguinho desfiado Cenourinha palito e beterraba em quadradinhos	Minestra ( feijão com verduras + macarrão cabelo de anjo) Carne moidinha	Arroz e Feijão Peixinho Purê de batata doce Brócolis e cenourinha palito	Arroz e Feijão Polenta mole Franguinho ensopado Couve flor e espinafre refogado	Arroz e feijão Carne ensopadinha Batata aipo em rodelinhas bem cozidinha Brócolis e beterraba em quadradinhos
<b>LANCHE DA TARDE</b> 14h15	Creme de mamão com banana	Mamão amassado com suco de laranja	Creme de manga	Creme de morango com banana	Creme de abacate
<b>JANTAR</b> 16h30	Sopa de verduras (cenoura, abóbora, chuchu, batata aipo com carne)	Arroz+feijão Peixinho Purê de abóbora Brócolis cozido	Arroz +Feijão Franguinho desfiado Beterraba em quadradinhos e couve flor	Arroz +Feijão Carne moidinha com batatinha inglesa e chuchu Abobrinha cozida	Canja de galinha ( cenoura, batata inglesa, abobrinha e chuchu)

### Recomendações gerais:

- A partir dos 6 meses , a técnica BLW de oferta de alimentos poderá ser iniciada. Com ofertas dos alimentos em pedaços (preferencialmente em forma de palito) e bem macios .
- Feijão: Do 6<sup>a</sup> ao 8<sup>a</sup> mês, utiliza-se apenas o caldo do feijão. A partir do 9<sup>a</sup> mês inclui-se na alimentação o creme de feijão (caldo + grão de feijão amassado) O feijão sempre é cozido com legumes (chuchu, batata doce, abóbora, couve).
- Quando for ofertada papa deve ficar com a consistência em forma de purê grosso. A carne deve ser cozida junto com os legumes e retirada depois.
- As frutas estão sujeitas a substituições em virtude da disponibilidade.
- Preparar os alimentos bem amassadinhos com o garfo e as carnes/frango bem picadinhas/desfiadas. Não usar liquidificador e peneira para o preparo das papas.
- Não adicionar sal e açúcar nas preparações.



Responsável técnica  
Marivone Rosa – Nutricionista  
CRN 10-211

## CARDÁPIO NUTRICIONAL

09 à 13 de Setembro

BERÇÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
<b>DESJEJUM/ COLAÇÃO</b> 8h30	Creme de manga	Papa de Morango com banana	Banana amassada com aveia	Creme de pera com mamão com suco de laranja	Creme de abacate
<b>ALMOÇO</b> 10h30	Macarrão cabelo de anjo com iscas de Carne desfiadinha Abóbora cozida amassadinha e brócolis	Arroz +Feijão Frango desfiado Batata doce cozida amassadinha espinafre refogado	Arroz +feijão carne picadinha purê de abóbora beterraba em quadradinhos	Arroz +Feijão Purê de cenoura Brócolis Peixinho desfiado	Arroz +Feijão Franguinho ensopado Purê de batata aipo com beterraba
<b>LANCHE DA TARDE</b> 14h15	Creme de abacate	Maçã cozidinha raspadinha	Mamão com banana amassadinhos	Creme de manga	Banana amassada com aveia
<b>JANTAR</b> 16h30	Sopa de verduras (cenoura, abóbora, chuchu, batata aipo com carne)	Arroz +Feijão Carne moída Purê de batata aipo com beterraba	Arroz +Feijão Frango ensopadinho purê de abóbora e brócolis cozido	Minestra (cabelinho de anjo) Carne moída brócolis	Canja de galinha (arroz, cenoura, batata e cebolinha verde)

### Recomendações gerais:

- A partir dos 6 meses, a técnica BLW de oferta de alimentos poderá ser iniciada. Com ofertas dos alimentos em pedaços (preferencialmente em forma de palito) e bem macios.
- Feijão: Do 6<sup>a</sup> ao 8<sup>a</sup> mês, utiliza-se apenas o caldo do feijão. A partir do 9<sup>a</sup> mês inclui-se na alimentação o creme de feijão (caldo + grão de feijão amassado) O feijão sempre é cozido com legumes (chuchu, batata doce, abóbora, couve).
- Quando for ofertada papa deve ficar com a consistência em forma de purê grosso. A carne deve ser cozida junto com os legumes e retirada depois.
- As frutas estão sujeitas a substituições em virtude da disponibilidade.
- Preparar os alimentos bem amassadinhos com o garfo e as carnes/frango bem picadinhas/desfiadas. Não usar liquidificador e peneira para o preparo das papas.
- Não adicionar sal e açúcar nas preparações.



Responsável técnica  
Marivone Rosa – Nutricionista  
CRN 10-211

## CARDÁPIO NUTRICIONAL

16 a 20 de setembro

BERÇÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
<b>DESJEJUM/ COLAÇÃO</b> 8h30	Banana amassada com aveia	Creme de maracujá com banana	Creme de abacate	Mamão picadinho com banana amassada	Maçã cozidinha raspadinha
<b>ALMOÇO</b> 10h30	Arroz e Feijão Franguinho desfiado Cenourinha palito e beterraba em quadradinhos	Minestra ( feijão com verduras + macarrão cabelo de anjo) Carne moidinha	Arroz e Feijão Peixinho Purê de batata doce Brócolis e cenourinha palito	Arroz e Feijão Polenta mole Franguinho ensopado Couve flor e espinafre refogadinho	Arroz e feijão Carne ensopadinha Batata aipo em rodelinhas bem cozidinha Brócolis e beterraba em quadradinhos
<b>LANCHE DA TARDE</b> 14h15	Creme de mamão com banana	Mamão amassado com suco de laranja	Creme de manga	Creme de morango com banana	Creme de abacate
<b>JANTAR</b> 16h30	Sopa de verduras (cenoura, abóbora, chuchu, batata aipo com carne)	Arroz+feijão Peixinho Purê de abóbora Brócolis cozido	Arroz +Feijão Franguinho desfiado Beterraba em quadradinhos e couve flor	Arroz +Feijão Carne moidinha com batatinha inglesa e chuchu Abobrinha cozida	Canja de galinha ( cenoura, batata inglesa, abobrinha e chuchu)

### Recomendações gerais:

- A partir dos 6 meses , a técnica BLW de oferta de alimentos poderá ser iniciada. Com ofertas dos alimentos em pedaços (preferencialmente em forma de palito) e bem macios .
- Feijão: Do 6<sup>a</sup> ao 8<sup>a</sup> mês, utiliza-se apenas o caldo do feijão. A partir do 9<sup>a</sup> mês inclui-se na alimentação o creme de feijão (caldo + grão de feijão amassado) O feijão sempre é cozido com legumes (chuchu, batata doce, abóbora, couve).
- Quando for ofertada papa deve ficar com a consistência em forma de purê grosso. A carne deve ser cozida junto com os legumes e retirada depois.
- As frutas estão sujeitas a substituições em virtude da disponibilidade.
- Preparar os alimentos bem amassadinhos com o garfo e as carnes/frango bem picadinhas/desfiadas. Não usar liquidificador e peneira para o preparo das papas.
- Não adicionar sal e açúcar nas preparações.



Responsável técnica  
Marivone Rosa – Nutricionista  
CRN 10-211

## CARDÁPIO NUTRICIONAL

### 23 a 27 de setembro

BERÇÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
<b>DESJEJUM/ COLAÇÃO</b> 8h30	Creme de manga	Papa de Morango com banana	Banana amassada com aveia	Creme de pera com mamão com suco de laranja	Creme de abacate
<b>ALMOÇO</b> 10h30	Macarrão cabelo de anjo com iscas de Carne desfiadinha Abóbora cozida amassadinha e brócolis	Arroz +Feijão Frango desfiado Batata doce cozida amassadinha espinafre refogado	Arroz +feijão carne picadinha purê de abóbora beterraba em quadradinhos	Arroz +Feijão Purê de cenoura Brócolis Peixinho desfiado	Arroz +Feijão Franguinho ensopado Purê de batata aipo com beterraba
<b>LANCHE DA TARDE</b> 14h15	Creme de abacate	Maçã cozidinha raspadinha	Mamão com banana amassadinhos	Creme de manga	Banana amassada com aveia
<b>JANTAR</b> 16h30	Sopa de verduras (cenoura, abóbora, chuchu, batata aipo com carne)	Arroz +Feijão Carne moída Purê de batata aipo com beterraba	Arroz +Feijão Frango ensopadinho purê de abóbora e brócolis cozido	Minestra (cabelinho de anjo) Carne moída brócolis	Canja de galinha (arroz, cenoura, batata e cebolinha verde)

#### Recomendações gerais:

- a. A partir dos 6 meses, a técnica BLW de oferta de alimentos poderá ser iniciada. Com ofertas dos alimentos em pedaços (preferencialmente em forma de palito) e bem macios.
- b. Feijão: Do 6<sup>a</sup> ao 8<sup>a</sup> mês, utiliza-se apenas o caldo do feijão. A partir do 9<sup>a</sup> mês inclui-se na alimentação o creme de feijão (caldo + grão de feijão amassado) O feijão sempre é cozido com legumes (chuchu, batata doce, abóbora, couve).
- c. Quando for ofertada papa deve ficar com a consistência em forma de purê grosso. A carne deve ser cozida junto com os legumes e retirada depois.
- d. As frutas estão sujeitas a substituições em virtude da disponibilidade.
- e. Preparar os alimentos bem amassadinhos com o garfo e as carnes/frango bem picadinhos/desfiados. Não usar liquidificador e peneira para o preparo das papas.
- f. Não adicionar sal e açúcar nas preparações.