



CARDÁPIO NUTRICIONAL

30à04de Outubro

BERÇÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
DESJEJUM/ COLAÇÃO 8h30	Creme de abacate com banana	Mamão amassado com morango	Pera e mamão picadinho	Creme de manga	Banana amassada com aveia
ALMOÇO 10h30	Arroz + Feijão Carne moída Refogado de legumes (cenoura e espinafre) Purê de batata baroa	Arroz + Feijão Carne ensopada desfiada Brócolis e couve florcozidinhos	Canjinha de galinha (verduras e legumes)	Minestra(cabelo de Anjo+feijão (com verduras)) Carne desfiadinha	Arroz + Feijão Purê de abóbora Franguinho ensopado Brócolis e beterraba cozidinhas
LANCHE DA TARDE 14h15	Banana amassada com aveia	Creme de pera e manga	Creme de frutas (mamão, laranja, maçã)	Mamão e banana amassados com suco de laranja	Creme de maracujá com banana
JANTAR 16h30	Minestra(cabelo de Anjo+feijão) Cenoura e beterraba cozidas Frango desfiado	Arroz + Feijão Carne moída Cenourinha e abobrinha cozidas	Arroz + Feijão Purê de cenoura e beterraba Frango desfiadinho	Arroz + Feijão Purê de aipim com cenoura Frango desfiado	Canja de galinha (frango, cenoura , batata e chuchu)

Recomendações gerais:

- Do 4^a ao 8^a mês, a fruta deve ser oferecida em forma de papa. Após em forma in natura, observando que sejam bem macias.
- Feijão: Do 6^a ao 8^a mês, utiliza-se apenas o caldo do feijão. A partir do 9^a mês inclui-se na alimentação o creme de feijão (caldo mais grão de feijão amassado)
- 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

07 à 11 de outubro

BERÇÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
DESJEJUM/ COLAÇÃO 8h30	Creme de maçã com manga	Creme de pera com morango	Creme de abacate	Creme de manga com banana	Pera e mamão picadinho
ALMOÇO 10h30	Arroz + Feijão Purê de aipim com cenoura Frango desfiado com	Arroz + Feijão Carne desfiada com batatinha e cenoura	Minestra (macarrão cabelo de anjo+ feijão) Carne moída (com legumes)	Sopa de verduras (cabelinho de anjo) com carne	Arroz + Feijão Purê de batata baroa beterrabacozida Carne picadinha
LANCHE DA TARDE 14h15	Pera e mamão picadinho	Banana amassada com aveia	Mamão com maçã amassadinhos	Maçã e mamão picadinhos	Papa de manga com banana
JANTAR 16h30	Arroz + Feijão Purê de abóbora e brócolis Carne moída	Minestra (legumes ecabelo de anjo) e ovinho cozido	Arroz + Feijão Abobrinha e espinafre cozidos	Arroz + Feijão Purê de abóbora Franguinho ensopado Brócolis e beterraba cozidinhas	Sopa de verduras com carne (cabelinho de anjo)

Recomendações gerais:

- Do 4^a ao 8^a mês, a fruta deve ser oferecida em forma de papa. Após em forma in natura, observando que sejam bem macias.
- Feijão: Do 6^a ao 8^a mês, utiliza-se apenas o caldo do feijão. A partir do 9^a mês inclui-se na alimentação o creme de feijão (caldo mais grão de feijão amassado)
- 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

14 a 18 de outubro

BERÇÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
DESJEJUM/ COLAÇÃO 8h30	Creme de abacate com banana	Mamão amassado com morango	Pera e mamão picadinho	Creme de manga	Banana amassada com aveia
ALMOÇO 10h30	Arroz + Feijão Carne moída Refogado de legumes (cenoura e espinafre) Purê de batata baroa	Arroz + Feijão Carne ensopada desfiada Brócolis e couve florcozidinhos	Canja de galinha (frango, cenoura, batata e chuchu)	Minestra(cabelo de Anjo+feijão (com verduras)) Carne desfiadinha	Arroz + Feijão Purê de abóbora Franguinho ensopado Brócolis e beterraba cozidinhas
LANCHE DA TARDE 14h15	Banana amassada com aveia	Creme de pera e manga	Creme de frutas (mamão, laranja,maçã)	Mamão e banana amassados com suco de laranja	Creme de maracujá com banana
JANTAR 16h30	Minestra(cabelo de Anjo+feijão) Cenoura e beterraba cozidas Frango desfiado	Arroz + Feijão Carne moída Cenourinha e abobrinha cozidas	Arroz + Feijão Purê de cenoura e beterraba Frango desfiadinho	Arroz + Feijão Purê de aipim com cenoura Frango desfiado	Canja de galinha (frango, cenoura, batata e chuchu)

Recomendações gerais:

- Do 4^a ao 8^a mês, a fruta deve ser oferecida em forma de papa. Após em forma in natura, observando que sejam bem macias.
- Feijão: Do 6^a ao 8^a mês, utiliza-se apenas o caldo do feijão. A partir do 9^a mês inclui-se na alimentação o creme de feijão (caldo mais grão de feijão amassado)
- 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

21 à 25 de outubro

BERÇÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
DESJEJUM/ COLAÇÃO 8h30	Creme de maçã com manga	Creme de pera com morango	Creme de abacate	Creme de manga com banana	Pera e mamão picadinho
ALMOÇO 10h30	Arroz + Feijão Purê de aipim com cenoura Frango desfiado com	Arroz + Feijão Carne desfiada com batatinha e cenoura	Minestra (macarrão cabelo de anjo + feijão) Carne moída (com legumes)	Sopa de verduras com carne (cabelinho de anjo)	Arroz + Feijão Purê de batata baroa beterrabacozida Carne picadinha
LANCHE DA TARDE 14h15	Pera e mamão picadinho	Banana amassada com aveia	Mamão com maçã amassadinhos	Maçã e mamão picadinhos	Papa de manga com banana
JANTAR 16h30	Arroz + Feijão Purê de abóbora e brócolis Carne moída	Minestra (legumes e cabelo de anjo) e ovinho cozido	Arroz + Feijão Abobrinha e espinafre cozidos	Arroz + Feijão Purê de abóbora Franguinho ensopado Brócolis e beterraba cozidinhas	Sopa de verduras com carne (cabelinho de anjo)

Recomendações gerais:

- Do 4^a ao 8^a mês, a fruta deve ser oferecida em forma de papa. Após em forma in natura, observando que sejam bem macias.
- Feijão: Do 6^a ao 8^a mês, utiliza-se apenas o caldo do feijão. A partir do 9^a mês inclui-se na alimentação o creme de feijão (caldo mais grão de feijão amassado)
- 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

28ª01 de novembro

BERÇÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
DESJEJUM/ COLAÇÃO 8h30	Creme de abacate com banana	Mamão amassado com morango	Pera e mamão picadinho	Creme de manga	Banana amassada com aveia
ALMOÇO 10h30	Arroz + Feijão Carne moída Refogado de legumes (cenoura e espinafre) Purê de batata baroa	Arroz + Feijão Carne ensopada desfiada Brócolis e couve florcozidinhos	Canja de galinha (frango, cenoura, batata e chuchu)	Minestra(cabelo de Anjo+feijão (com verduras)) Carne desfiadinha	Arroz + Feijão Purê de abóbora Franguinho ensopado Brócolis e beterraba cozidinhas
LANCHE DA TARDE 14h15	Banana amassada com aveia	Creme de pera e manga	Creme de frutas (mamão, laranja, maçã)	Mamão e banana amassados com suco de laranja	Creme de maracujá com banana
JANTAR 16h30	Minestra(cabelo de Anjo+feijão) Cenoura e beterraba cozidas Frango desfiado	Arroz + Feijão Carne moída Cenourinha e abobrinha cozidas	Arroz + Feijão Purê de cenoura e beterraba Frango desfiadinho	Arroz + Feijão Purê de aipim com cenoura Frango desfiado com macarrão cabelo de anjo	Canja de galinha (frango, cenoura, batata e chuchu)

