



CARDÁPIO NUTRICIONAL

Responsável técnica
Marivone Rosa – Nutricionista
CRN 10-211

CARDÁPIO NUTRICIONAL

30 à 04 de Julho

BERÇÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
DESJEJUM/ COLAÇÃO 8h30	Banana amassada com aveia (aveia separada)	Maçã cozida	Mamão amassado com banana	Creme de abacate com banana	Creme de manga
ALMOÇO 10h30	A+F Carne moída com cenourinha e batatinha Brócolis e cenoura cozidos separados	A+F Frango cozido picadinho Polenta cremosa Beterraba e couve flor cozidos separados	A+F Carne picadinha ensopada com cenourinha e abobrinha separados Macarrão cabelo de anjo	A+F Frango ensopadinho Purê de batata inglesa Beterraba e espinafre (picadinho) cozidos separados	A+F Carne moída Purê de batata doce Brócolis e cenoura cozidos separados
LANCHE DA TARDE 14h15	Creme de manga	Mamão amassadinho com pera (cozida)	Creme de maracujá com banana	Maçã cozida	Creme de frutas(mamão, banana,maçã)
JANTAR 16h30	Minestra (Feijão + cabelo de anjo) Ovo cozido Purê de abóbora	A+F Carne ensopada Purê de batata aipo com beterraba	Sopa cremosa de verduras (c/ frango)	A+F Franguinho desfiado Brócolis e cenoura cozidos separados	Canja de galinha (batata, cenoura e chuchu)

Recomendações gerais:

- Feijão: Do 6ª ao 8ª mês, utiliza-se apenas o caldo do feijão. A partir do 9ª mês inclui-se na alimentação o creme de feijão (caldo mais grão de feijão amassado)
- O creme deve ficar com a consistência em forma de purê grosso.
- O feijão sempre é cozido com legumes (chuchu, batata doce, abóbora, couve, espinafre).
- A carne deve ser cozida junto com os legumes e retirada depois para as sopas.
- As frutas e verduras estão sujeitas a substituições em virtude da disponibilidade.
- Não usar liquidificador e peneira para o preparo das sopas , cremes e purês.
- Não adicionar sal e açúcar nas preparações.
- As especificidades de cada criança deverá ser respeitada!



CARDÁPIO NUTRICIONAL

Responsável técnica
Marivone Rosa – Nutricionista
CRN 10-211

CARDÁPIO NUTRICIONAL

07 a 11 de Julho

BERÇÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
DESJEJUM/ COLAÇÃO 8h30	Mamão e banana amassadinhos	Creme de morango com pera	Banana amassada com aveia	Creme de Manga	Creme de frutas (banana , manga e pera)
ALMOÇO 10h30	A+F Frango ensopadinho Polenta cremosa Brócolis e cenourinha cozidos separados	A+F Macarrão cabelinho de anjo Carne moída Brócolis e beterraba	A+F Frango cozido picadinho Purê de batata doce Beterraba e couve flor cozidos separados	A+F Carne ensopada picadinha Purê de batata aipo com cenoura	Minestra (Feijão + cabelo de anjo) Carne moída Purê de abóbora
LANCHE DA TARDE 14h15	Banana amassada com aveia (separada)	Mamão com maçã amassadinhos	Creme de manga com pera	Creme de maçã com banana	Creme de abacate
JANTAR 16h30	Sopa de verduras (c/ carne)	A+F Frango cozido picadinho Purê de batata inglesa Cenourinha e chuchu separados	A+F Carne moída com cenourinha e batatinha Brócolis e cenoura cozidos separados	A+F Frango ensopadinho Polenta cremosa Brócolis e cenourinha cozidos separados	Canja de galinha (cenoura, batata e chuchu)

Recomendações gerais:

- 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).
- O creme deve ficar com a consistência em forma de purê grosso.
- O feijão sempre é cozido com legumes (chuchu, batata doce, abóbora, couve, espinafre).
- A carne deve ser cozida junto com os legumes e retirada depois para as sopas.
- As frutas e verduras estão sujeitas a substituições em virtude da disponibilidade.
- Não usar liquidificador e peneira para o preparo das sopas , cremes e purês.
- Não adicionar sal e açúcar nas preparações.
- As especificidades de cada criança deverá ser respeitada!



CARDÁPIO NUTRICIONAL

Responsável técnica
Marivone Rosa – Nutricionista
CRN 10-211

14 a 18 de Julho

BERÇÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
DESJEJUM/ COLAÇÃO 8h30	Banana amassada com aveia (aveia separada)	Maçã cozida	Mamão amassado com banana	Creme de abacate com banana	SEM AULA
ALMOÇO 10h30	A+F Carne moída com cenourinha e batatinha Brócolis e cenoura cozidos separados	A+F Frango cozido picadinho Polenta cremosa Beterraba e couve flor cozidos separados	A+F Carne picadinha ensopada com cenourinha e abobrinha Macarrão cabelo de anjo	A+F Frango ensopadinho Purê de batata inglesa Beterraba e espinafre (picadinho) cozidos separados	
LANCHE DA TARDE 14h15	Creme de manga	Mamão amassadinho com pera (cozida)	Creme de maracujá com banana	Maçã cozida	
JANTAR 16h30	Minestra (Feijão + cabelo de anjo) Ovo cozido Purê de abóbora	A+F Carne ensopada Purê de batata aipo com beterraba	Sopa cremosa de verduras (c/ frango)	A+F Franguinho desfiado Brócolis e cenoura cozidos separados	

Recomendações gerais:

- 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)
- O creme deve ficar com a consistência em forma de purê grosso.
- O feijão sempre é cozido com legumes (chuchu, batata doce, abóbora, couve, espinafre).
- A carne deve ser cozida junto com os legumes e retirada depois para as sopas.
- As frutas e verduras estão sujeitas a substituições em virtude da disponibilidade.
- Não usar liquidificador e peneira para o preparo das sopas , cremes e purês.
- Não adicionar sal e açúcar nas preparações.
- As especificidades de cada criança deverá ser respeitada!



CARDÁPIO NUTRICIONAL

28 a 01 de Agosto

Responsável técnica
Marivone Rosa – Nutricionista
CRN 10-211
21 à 25 - Recesso

BERÇÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
DESJEJUM/ COLAÇÃO 8h30	Mamão e banana amassadinhos	Creme de morango com pera	Banana amassada com aveia	Creme de Manga	Creme de frutas (banana , manga e pera)
ALMOÇO 10h30	A+F Frango ensopadinho Polenta cremosa Brócolis e cenourinha cozidos separados	A+F Macarrão cabelinho de anjo Carne moída Brócolis e beterraba	A+F Frango cozido picadinho Purê de batata doce Beterraba e couve flor cozidos separados	A+F Carne ensopada picadinha Purê de batata aipo com cenoura	Minestra (Feijão + cabelo de anjo) Carne moída Purê de abóbora
LANCHE DA TARDE 14h15	Banana amassada com aveia (separada)	Mamão com maçã amassadinhos	Creme de manga com pera	Creme de maçã com banana	Creme de abacate
JANTAR 16h30	Sopa de verduras (c/ carne)	A+F Frango cozido picadinho Purê de batata inglesa Cenourinha e chuchu separados	A+F Carne moída com cenourinha e batatinha Brócolis e cenoura cozidos separados	A+F Frango ensopadinho Polenta cremosa Brócolis e cenourinha cozidos separados	Canja de galinha (cenoura, batata e chuchu)

Recomendações gerais:

- 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)
- O creme deve ficar com a consistência em forma de purê grosso.
- O feijão sempre é cozido com legumes (chuchu, batata doce, abóbora, couve, espinafre).
- A carne deve ser cozida junto com os legumes e retirada depois para as sopas.
- As frutas e verduras estão sujeitas a substituições em virtude da disponibilidade.
- Não usar liquidificador e peneira para o preparo das sopas , cremes e purês.
- Não adicionar sal e açúcar nas preparações.
- As especificidades de cada criança deverá ser respeitada!