



Responsável técnica
Marivone Rosa – Nutricionista
CRN 10-211

CARDÁPIO NUTRICIONAL

01 a 05 de Setembro

BERÇÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
DESJEJUM/ COLAÇÃO 8h30	Banana amassada com aveia (deixar a aveia separada)	Creme de maracujá com banana	Creme de abacate (amassadinho com banana)	Mamão picadinho com banana amassada	Maçã cozida
ALMOÇO 10h30	Franguinho ensopado (desfiado) Cenourinha e beterraba (quadrado) Arroz Feijão (c/ legumes)	Carne moída Minestra (feijão com verduras + macarrão cabelo de anjo) Arroz Feijão (c/ legumes)	Franguinho em tirinhas Purê de batata doce Brócolis e cenourinha (quadrado) Arroz Feijão (c/ legumes)	Carne ensopadinha Batata baroa em quadrado Cenoura e chuchu refogadinhos Arroz Feijão (c/ legumes)	Carne moída Couve flor e beterraba (quadrado) Arroz Feijão (c/ legumes)
LANCHE DA TARDE 14h15	Creme de mamão com suco de laranja	Purê de morango e banana	Creme de manga	Creme de caqui	Creme de abacate (amassadinho com banana)
JANTAR 16h30	Sopa de verduras (batata inglesa, cenoura, chuchu com carne)	Franguinho ensopado (desfiado) Purê de abóbora Couve flor bem cozida Arroz Feijão (c/ legumes)	Carne moída (chuchu e cenoura) Arroz Feijão (c/ legumes)	Frango desfiado Suflê de cenoura Arroz Feijão (c/ legumes)	Canja de galinha (cenoura, batata, chuchu)

Recomendações gerais:

- As frutas quando oferecidas in natura , devem estar bem macias.
- 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)
- Os cremes devem ficar com a consistência em forma de purê grosso. O feijão sempre é cozido com legumes (chuchu, batata doce, abóbora, couve, espinafre).
- As frutas estão sujeitas a substituições em virtude da disponibilidade.
- Preparar os alimentos bem amassadinhos com o garfo e as carnes/frango bem picadinhos/desfiados. Não usar liquidificador e peneira para o preparo dos cremes. Não adicionar sal e açúcar nas preparações.
- As especificidades alimentares de cada criança deverão ser sempre observadas na elaboração das preparações (período da introdução alimentar e/ou diagnóstico médico)



Responsável técnica
Marivone Rosa – Nutricionista
CRN 10-211

CARDÁPIO NUTRICIONAL

08 à 12 de Setembro

BERÇÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
DESJEJUM/ COLAÇÃO 8h30	Maçã cozida	Creme de manga	Purê de morango com banana	Purê de pera com maçã	Banana amassada com aveia (deixar a aveia separada)
ALMOÇO 10h30	Carne desfiadinha Abóbora amassadinha e brócolis Arroz Feijão (c/ legumes)	Frango ensopadinho Batata doce cozida e beterraba em quadrinhos Arroz Feijão (c/ legumes)	Carne ensopadinha Cenoura e batata inglesa em quadrinhos Arroz Feijão (c/ legumes)	Franguinho desfiado Purê de inhame Beterraba em quadrinhos Arroz Feijão (c/ legumes)	Carne moidinha Minestra (feijão com verduras + macarrão cabelo de anjo) Arroz Feijão (c/ legumes)
LANCHE DA TARDE 14h15	Creme de abacate (amassadinho com banana)	Banana amassada com aveia (deixar a aveia separada)	Mamão com banana amassadinhos	Creme de Maracujá com banana	Maçã cozida
JANTAR 16h30	Franguinho em tirinhas Purê de batata doce cenourinha (quadrinho) Arroz Feijão (c/ legumes)	Carne moidinha Couve flor e beterraba (quadrinho) Arroz Feijão (c/ legumes)	Frango ensopadinho Purê de abóbora Brócolis Arroz Feijão (c/ legumes)	Carne moidinha Minestra (feijão com verduras + macarrão cabelo de anjo) Arroz Feijão (c/ legumes)	Sopa de verduras (com carne)

Recomendações gerais:

- As frutas quando oferecidas in natura , devem estar bem macias.
- 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)
- Os cremes devem ficar com a consistência em forma de purê grosso. O feijão sempre é cozido com legumes (chuchu, batata doce, abóbora, couve, espinafre).
- As frutas estão sujeitas a substituições em virtude da disponibilidade.
- Preparar os alimentos bem amassadinhos com o garfo e as carnes/frango bem picadinhos/desfiados. Não usar liquidificador e peneira para o preparo dos cremes. Não adicionar sal e açúcar nas preparações.
- As especificidades alimentares de cada criança deverão ser sempre observadas na elaboração das preparações (período da introdução alimentar e/ou diagnóstico médico)



Responsável técnica
Marivone Rosa – Nutricionista
CRN 10-211

CARDÁPIO NUTRICIONAL

15 a 19 de setembro

BERÇÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
DESJEJUM/ COLAÇÃO 8h30	Banana amassada com aveia (deixar a aveia separada)	Creme de maracujá com banana	Creme de abacate (amassadinho com banana)	Mamão picadinho com banana amassada	Maçã cozida
ALMOÇO 10h30	Franguinho ensopado (desfiado) Cenourinha e beterraba (quadrado) Arroz Feijão (c/ legumes)	Carne moída Minestra (feijão com verduras + macarrão cabelo de anjo) Arroz Feijão (c/ legumes)	Franguinho em tirinhas Purê de batata doce Brócolis e cenourinha (quadrado) Arroz Feijão (c/ legumes)	Carne ensopadinha Batata baroa em quadrado Cenoura e chuchu refogadinhos Arroz Feijão (c/ legumes)	Carne moída Couve flor e beterraba (quadrado) Arroz Feijão (c/ legumes)
LANCHE DA TARDE 14h15	Creme de mamão com suco de laranja	Purê de morango e banana	Creme de manga	Creme de caqui	Creme de abacate (amassadinho com banana)
JANTAR 16h30	Sopa de verduras (batata inglesa, cenoura, chuchu com carne)	Franguinho ensopado (desfiado) Purê de abóbora Couve flor bem cozidinha Arroz Feijão (c/ legumes)	Carne moída (chuchu e cenoura) Arroz Feijão (c/ legumes)	Frango desfiado Sufê de cenoura Arroz Feijão (c/ legumes)	Canja de galinha (cenoura, batata, chuchu)

Recomendações gerais:

- As frutas quando oferecidas in natura , devem estar bem macias.
- 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)
- Os cremes devem ficar com a consistência em forma de purê grosso. O feijão sempre é cozido com legumes (chuchu, batata doce, abóbora, couve, espinafre).
- As frutas estão sujeitas a substituições em virtude da disponibilidade.
- Preparar os alimentos bem amassadinhos com o garfo e as carnes/frango bem picadinhos/desfiados. Não usar liquidificador e peneira para o preparo dos cremes. Não adicionar sal e açúcar nas preparações.
- As especificidades alimentares de cada criança deverão ser sempre observadas na elaboração das preparações (período da introdução alimentar e/ou diagnóstico médico)



Responsável técnica
Marivone Rosa – Nutricionista
CRN 10-211

CARDÁPIO NUTRICIONAL

22 a 26 de setembro

BERÇÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
DESJEJUM/ COLAÇÃO 8h30	Maçã cozida	Creme de manga	Purê de morango com banana	Purê de pera com maçã	Banana amassada com aveia (deixar a aveia separada)
ALMOÇO 10h30	Carne desfiadinha Abóbora amassadinha e brócolis Arroz Feijão (c/ legumes)	Frango ensopadinho Batata doce cozida e beterraba em quadradinhos Arroz Feijão (c/ legumes)	Carne ensopadinha Cenoura e batata inglesa em quadradinhos Arroz Feijão (c/ legumes)	Franguinho desfiado Purê de inhame Beterraba em quadradinhos Arroz Feijão (c/ legumes)	Carne moidinha Minestra (feijão com verduras + macarrão cabelo de anjo) Arroz Feijão (c/ legumes)
LANCHE DA TARDE 14h15	Creme de abacate (amassadinho com banana)	Banana amassada com aveia (deixar a aveia separada)	Mamão com banana amassadinhos	Creme de Maracujá com banana	Maçã cozida
JANTAR 16h30	Franguinho em tirinhas Purê de batata doce cenourinha (quadradinho) Arroz Feijão (c/ legumes)	Carne moidinha Couve flor e beterraba (quadradinho) Arroz Feijão (c/ legumes)	Frango ensopadinho Purê de abóbora Brócolis Arroz Feijão (c/ legumes)	Carne moidinha Minestra (feijão com verduras + macarrão cabelo de anjo) Arroz Feijão (c/ legumes)	Sopa de verduras (com carne)

Recomendações gerais:

- As frutas quando oferecidas in natura, devem estar 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).
- Os cremes devem ficar com a consistência em forma de purê grosso. O feijão sempre é cozido com legumes (chuchu, batata doce, abóbora, couve, espinafre).
- As frutas estão sujeitas a substituições em virtude da disponibilidade.
- Preparar os alimentos bem amassadinhos com o garfo e as carnes/frango bem picadinhos/desfiados. Não usar liquidificador e peneira para o preparo dos cremes. Não adicionar sal e açúcar nas preparações.
- As especificidades alimentares de cada criança deverão ser sempre observadas na elaboração das preparações (período da introdução alimentar e/ou diagnóstico médico).



Responsável técnica
Marivone Rosa – Nutricionista
CRN 10-211

CARDÁPIO NUTRICIONAL

29 a 03 de Outubro

BERÇÁRIO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
DESJEJUM/ COLAÇÃO 8h30	Banana amassada com aveia (deixar a aveia separada)	Creme de maracujá com banana	Creme de abacate (amassadinho com banana)	Mamão picadinho com banana amassada	Maçã cozida
ALMOÇO 10h30	Franguinho ensopado (desfiado) Cenourinha e beterraba (quadrado) Arroz Feijão (c/ legumes)	Carne moidinha Minestra (feijão com verduras + macarrão cabelo de anjo) Arroz Feijão (c/ legumes)	Franguinho em tirinhas Purê de batata doce Brócolis e cenourinha (quadrado) Arroz Feijão (c/ legumes)	Carne ensopadinha Batata baroa em quadrado Cenoura e chuchu refogadinhos Arroz Feijão (c/ legumes)	Carne moidinha Couve flor e beterraba (quadrado) Arroz Feijão (c/ legumes)
LANCHE DA TARDE 14h15	Creme de mamão com suco de laranja	Purê de morango e banana	Creme de manga	Creme de caqui	Creme de abacate (amassadinho com banana)
JANTAR 16h30	Sopa de verduras (batata inglesa, cenoura, chuchu com carne)	Franguinho ensopado (desfiado) Purê de abóbora Couve flor bem cozidinha Arroz Feijão (c/ legumes)	Carne moidinha (chuchu e cenoura) Arroz Feijão (c/ legumes)	Frango desfiado Suflê de cenoura Arroz Feijão (c/ legumes)	Canja de galinha (cenoura, batata, chuchu)

Recomendações gerais:

- As frutas quando oferecidas in natura , devem estar bem macias.
- 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)
- Os cremes devem ficar com a consistência em forma de purê grosso. O feijão sempre é cozido com legumes (chuchu, batata doce, abóbora, couve, espinafre).
- As frutas estão sujeitas a substituições em virtude da disponibilidade.
- Preparar os alimentos bem amassadinhos com o garfo e as carnes/frango bem picadinhos/desfiados. Não usar liquidificador e peneira para o preparo dos cremes. Não adicionar sal e açúcar nas preparações.
- As especificidades alimentares de cada criança deverão ser sempre observadas na elaboração das preparações (período da introdução alimentar e/ou diagnóstico médico)