

Cardápio da Semana – Berçário 1 - 2 anos



16/03/20

17/03/20

18/03/20

19/03/20

20/03/20

SEGUNDA

COLAÇÃO (8h30min)

Laranja
Maçã

ALMOÇO (10h45min – 11h15min)

Mix de repolho verde e roxo
Cenoura cozida
Arroz branco
Feijão preto
Guisado com molho
vermelho
Purê de batata (somente
com batata)
Água

LANCHE (13h15min – 13h45min)

Bolinho de banana baby
(sem açúcar)
Suco de uva (75 mL)

JANTAR (15h45min – 16h15min)

Tomate
Vagem
Arroz branco
Feijão preto
Peito de frango em cubinhos
com molho vermelho
Moranga assada em tiras
Água
Melão

TERÇA

COLAÇÃO (8h30min)

Bolo de maçã com cenoura
sem açúcar
Suco de mamão (75 mL)

ALMOÇO (10h45min – 11h15min)

Alface
Beterraba cozida
Arroz branco
Feijão preto
Peito de frango assado
desfiado
Couve refogada
Água
Abacaxi

LANCHE (13h15min – 13h45min)

Banana
Manga

JANTAR (15h45min – 16h15min)

Couve-flor
Rúcula
Arroz integral
Feijão preto
Massa à bolonhesa
Água

QUARTA

COLAÇÃO (8h30min)

Paralisação

ALMOÇO (10h45min – 11h15min)

Paralisação

LANCHE (13h15min – 13h45min)

Paralisação

JANTAR (15h45min – 16h15min)

Paralisação

QUINTA

COLAÇÃO (8h30min)

Ameixa
Banana

ALMOÇO (10h45min – 11h15min)

Abobrinha cozida
Tomate
Arroz integral
Feijão preto
Guisado com molho
vermelho
Polenta
Água

LANCHE (13h15min – 13h45min)

Pão de queijo
Suco de laranja (75 mL)

JANTAR (15h45min – 16h15min)

Alface
Beterraba ralada
Arroz branco
Feijão preto
Peito de frango desfiado
com molho vermelho
Milho verde (espiga)
Água
Uva (cortada em tirinhas
longitudinais e sem sementes)

SEXTA

COLAÇÃO (8h30min)

"Croissant" de chuchu
Suco de manga (75 mL)

ALMOÇO (10h45min – 11h15min)

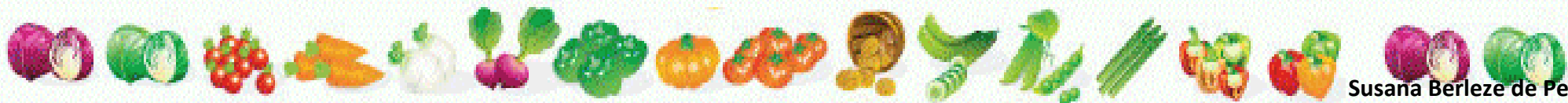
Chuchu cozido
Repolho roxo
Feijão de cor
Risoto
Ovo cozido picado
Água
Kiwi

LANCHE (13h15min – 13h45min)

Mamão
Pera

JANTAR (15h45min – 16h15min)

Brócolis
Cenoura cozida
Arroz branco
Feijão preto
Almôndegas de gado com
molho vermelho
(picadinhas)
Batata assada com
orégano
Água



*Cardápio sujeito a alterações no decorrer da semana.

Susana Berleze de Pelegrini
Nutricionista – Siape: 1159987
CRN₂: 9565