

Cardápio da Semana – Berçário 1 - 2 anos



07/03/20

SEGUNDA

COLAÇÃO (8h30min)

Panqueca de banana e aveia
iogurte natural batido com mamão

ALMOÇO (10h30min)

Alface picada
Tomate cereja (cortado em tirinhas longitudinais)
Arroz branco
Feijão preto
Peito de frango desfiado com molho vermelho
Batata doce
Água
Morango

LANCHE (13h30min)

Panqueca de banana e aveia
iogurte natural batido com mamão

JANTAR (15h30min)

Alface picada
Tomate cereja (cortado em tirinhas longitudinais)
Arroz branco
Feijão preto
Peito de frango desfiado com molho vermelho
Batata doce
Água
Morango

08/03/20

TERÇA

COLAÇÃO (8h30min)

Abacaxi
Mamão

ALMOÇO (10h30min)

Cenoura ralada
Chuchu cozido
Arroz branco
Feijão vermelho
Guisado acebolado
Polenta
Água
Pera

LANCHE (13h30min)

Abacaxi
Mamão

JANTAR (15h30min)

Cenoura ralada
Chuchu cozido
Arroz branco
Feijão vermelho
Guisado acebolado
Polenta
Água
Pera

09/03/20

QUARTA

COLAÇÃO (8h30min)

Bolo de cacau com abobrinha (sem açúcar)
Suco de maçã (70 ml)

ALMOÇO (10h30min)

Repolho roxo
Tomate
Arroz branco
Feijão preto
Guisado com molho vermelho
Brócolis e cenoura refogados
Água
Melão

LANCHE (13h30min)

Bolo de cacau com abobrinha (sem açúcar)
Suco de maçã (70 ml)

JANTAR (15h30min)

Repolho roxo
Tomate
Arroz branco
Feijão preto
Guisado com molho vermelho
Brócolis e cenoura refogados
Água
Melão

10/03/20

QUINTA

COLAÇÃO (8h30min)

Banana
Kiwi

ALMOÇO (10h30min)

Beterraba cozida
Couve-flor
Arroz integral
Feijão preto
Sobrecoxa assada desfiada
Purê de batata (somente com batata)
Água
Manga

LANCHE (13h30min)

Banana
Kiwi

JANTAR (15h30min)

Beterraba cozida
Couve-flor
Arroz integral
Feijão preto
Sobrecoxa assada desfiada
Purê de batata (somente com batata)
Água
Manga

11/03/20

SEXTA

COLAÇÃO (8h30min)

Pãozinho de cenoura (sem açúcar)
Suco de melão (70 ml)

ALMOÇO (10h30min)

Alface roxa picada
Moranga
Arroz branco
Lentilha
Carne suína assada em cubinhos bem pequenos
Couve refogada
Água
Laranja

LANCHE (13h30min)

Pãozinho de cenoura (sem açúcar)
Suco de melão (70 ml)

JANTAR (15h30min)

Alface roxa picada
Moranga
Arroz branco
Lentilha
Carne suína assada em cubinhos bem pequenos
Couve refogada
Água
Laranja



*Cardápio sujeito a alterações no decorrer da semana.

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