

Cardápio da Semana – Berçário 1 - 2 anos



14/03/20

SEGUNDA

COLAÇÃO (8h30min)

Maçã

Uva (cortada em tirinhas longitudinais e sem sementes)

ALMOÇO (10h30min)

Beterraba cozida

Repolho

Arroz integral

Feijão preto

Guisado acebolado

Massa com molho vermelho

Água

Kiwi

LANCHE (13h30min)

Maçã

Uva (cortada em tirinhas longitudinais e sem sementes)

JANTAR (15h30min)

Beterraba cozida

Repolho

Arroz integral

Feijão preto

Guisado acebolado

Massa com molho vermelho

Água

Kiwi



15/03/20

TERÇA

COLAÇÃO (8h30min)

Bolo de cacau (sem açúcar, com uvas passas)
Chá de frutas gelado (somente com frutas, sem açúcar)

ALMOÇO (10h30min)

Alface

Cenoura cozida

Arroz branco

Lentilha

Sobrecoxa assada desfiada

Brócolis refogado

Água

Melão

LANCHE (13h30min)

Bolo de cacau (sem açúcar, com uvas passas)
Chá de frutas gelado (somente com frutas, sem açúcar)

JANTAR (15h30min)

Alface

Cenoura cozida

Arroz branco

Lentilha

Sobrecoxa assada desfiada

Brócolis refogado

Água

Melão



16/03/20

QUARTA

COLAÇÃO (8h30min)

Banana

Morango

ALMOÇO (10h30min)

Chuchu cozido

Tomate cereja (cortado em tirinhas longitudinais)

Arroz branco

Feijão preto

Guisado grelhado

Polenta com molho vermelho

Água

Mamão

LANCHE (13h30min)

Banana

Morango

JANTAR (15h30min)

Chuchu cozido

Tomate cereja (cortado em tirinhas longitudinais)

Arroz branco

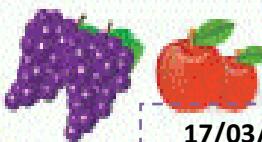
Feijão preto

Guisado grelhado

Polenta com molho vermelho

Água

Mamão



17/03/20

QUINTA

COLAÇÃO (8h30min)

"Croissant" de chuchu
Iogurte natural batido com mamão

ALMOÇO (10h30min)

Abobrinha cozida

Brócolis

Arroz branco

Feijão preto

Guisado com molho vermelho

Moranga assada em tiras

Água

Abacaxi

LANCHE (13h30min)

"Croissant" de chuchu
Iogurte natural batido com mamão

JANTAR (15h30min)

Abobrinha cozida

Brócolis

Arroz branco

Feijão preto

Guisado com molho vermelho

Moranga assada em tiras

Água

Abacaxi



18/03/20

SEXTA

COLAÇÃO (8h30min)

Manga

Pera

ALMOÇO (10h30min)

Alface roxa

Cenoura ralada

Arroz branco

Feijão preto

Guisado com molho vermelho

Farofa com couve

Água

Laranja



*Cardápio sujeito a alterações no decorrer da semana.

Susana Berleze de Pelegrini

Nutricionista – Siape: 1159987

CRN₂: 9565