

# Cardápio da Semana – Berçário 1 - 2 anos



21/03/20

## SEGUNDA

### COLAÇÃO (8h30min)

Panqueca de banana e aveia  
Suco de maçã (70 ml)

### ALMOÇO (10h30min)

Beterraba cozida  
Tomate  
Arroz branco  
Feijão preto  
Peito de frango desfiado com molho vermelho  
Milho verde (espiga)  
Água  
Uva (sem casca, sem sementes, cortada em tirinhas longitudinais)

### LANCHE (13h30min)

Panqueca de banana e aveia  
Suco de maçã (70 ml)

### JANTAR (15h30min)

Beterraba cozida  
Tomate  
Arroz branco  
Feijão preto  
Peito de frango desfiado com molho vermelho  
Milho verde (espiga)  
Água  
Uva (sem casca, sem sementes, cortada em tirinhas longitudinais)

22/03/20

## TERÇA

### COLAÇÃO (8h30min)

Banana  
Mamão

### ALMOÇO (10h30min)

Cenoura ralada  
Rúcula  
Arroz branco  
Feijão preto  
Escondidinho de mandioca com guisado (somente mandioca e guisado)  
Água  
Abacaxi

### LANCHE (13h30min)

Banana  
Mamão

### JANTAR (15h30min)

Cenoura ralada  
Rúcula  
Arroz branco  
Feijão preto  
Escondidinho de mandioca com guisado (somente mandioca e guisado)  
Água  
Abacaxi

23/03/20

## QUARTA

### COLAÇÃO (8h30min)

Biscoito de polvilho  
Iogurte natural batido com banana

### ALMOÇO (10h30min)

Chuchu cozido  
Repolho roxo  
Arroz branco  
Feijão preto  
Carne suína assada desfiada  
Couve-flor refogada  
Água  
Laranja

### LANCHE (13h30min)

Biscoito de polvilho  
Iogurte natural batido com banana

### JANTAR (15h30min)

Chuchu cozido  
Repolho roxo  
Arroz branco  
Feijão preto  
Carne suína assada desfiada  
Couve-flor refogada  
Água  
Laranja

24/03/20

## QUINTA

### COLAÇÃO (8h30min)

Maçã  
Morango

### ALMOÇO (10h30min)

Brócolis  
Cenoura cozida  
Lentilha  
Carreiteiro  
Ovo picado  
Água  
Pera

### LANCHE (13h30min)

Maçã  
Morango

### JANTAR (15h30min)

Brócolis  
Cenoura cozida  
Lentilha  
Carreiteiro  
Ovo picado  
Água  
Pera

25/03/20

## SEXTA

### COLAÇÃO (8h30min)

Bolinho de ameixa seca (sem açúcar)  
Suco de laranja (70 ml)

### ALMOÇO (10h30min)

Alface roxa  
Tomate cereja (cortado em tirinhas longitudinais)  
Arroz integral  
Feijão preto  
Sobrecoca assada desfiada  
Massa com molho vermelho  
Água  
Morango

### LANCHE (13h30min)

Bolinho de ameixa seca (sem açúcar)  
Suco de laranja (70 ml)

### JANTAR (15h30min)

Alface roxa  
Tomate cereja (cortado em tirinhas longitudinais)  
Arroz integral  
Feijão preto  
Sobrecoca assada desfiada  
Massa com molho vermelho  
Água  
Morango



\*Cardápio sujeito a alterações no decorrer da semana.

Janice Blanco  
Nutricionista CRN<sub>2</sub>: 6034

Susana Berleze de Pelegrini  
Nutricionista – Siape: 1159987  
CRN<sub>2</sub>: 9565