

Cardápio da Semana – Berçário 1 - 2 anos



02/05/22

SEGUNDA

COLAÇÃO (8h30min)

Panqueca de banana e aveia
iogurte natural batido com
mamão

ALMOÇO (10h30min)

Alface
Cenoura ralada
Arroz branco
Feijão preto
Guisado acebolado
Brócolis refogado
Água
Uva

LANCHE (13h30min)

Banana
Mamão

JANTAR (15h30min)

Beterraba cozida
Repolho branco
Arroz integral
Feijão preto
Peito de frango em cubinhos
pequenos grelhados
Massa com molho vermelho
Água
Laranja

03/05/22

TERÇA

COLAÇÃO (8h30min)

Manga
Melão

ALMOÇO (10h30min)

Couve-flor
Tomate
Arroz branco
Feijão preto
Peito de frango assado em
cubinhos pequenos
Polenta
Água
Abacaxi

LANCHE (13h30min)

Bolo de laranja com uvas
passas (sem açúcar)
Suco de abacaxi com hortelã
(70 ml)

JANTAR (15h30min)

Alface roxa
Cenoura ralada
Arroz branco
Feijão preto
Hambúrguer caseiro de gado
Batata doce assada
Água
Bergamota

04/05/22

QUARTA

COLAÇÃO (8h30min)

Bolo de cacau (sem açúcar)
Milkshake (banana e cacau)

ALMOÇO (10h30min)

Beterraba ralada
Rúcula
Arroz branco
Feijão preto
Almôndega caseira de gado
Espinafre com ovos
Água
Pera

LANCHE (13h30min)

Caqui
Maçã

JANTAR (15h30min)

Chuchu cozido
Tomate cereja (cortado em
tirinhas longitudinais)
Arroz branco
Feijão vermelho
Sobrecoxa assada desfiada
Mandioca com molho
Água
Manga

05/05/22

QUINTA

COLAÇÃO (8h30min)

Maçã
Morango

ALMOÇO (10h30min)

Brócolis
Cenoura cozida
Arroz integral
Feijão preto
Peito de frango desfiado com
molho vermelho
Purê de batata (somente com
batata)
Água
Laranja

LANCHE (13h30min)

Pãozinho semi-integral (sem
açúcar)
Chá de frutas morno (sem
açúcar)

JANTAR (15h30min)

Beterraba ralada
Vagem
Arroz branco
Feijão preto
Guisadinho com molho
vermelho
Omelete de legumes
Água
Caqui

06/05/22

SEXTA

COLAÇÃO (8h30min)

Biscoito de banana, maçã e
aveia
Suco de laranja (70 ml)

ALMOÇO (10h30min)

Repolho roxo
Tomate cereja (cortado em
tirinhas longitudinais)
Arroz branco
Lentilha
Carne suína assada desfiada
Moranga assada
Água
Bergamota

LANCHE (13h30min)

Morango
Pera

JANTAR (15h30min)

Abobrinha
Brócolis
Arroz branco
Feijão preto
Guisado acebolado
Farofa com cenoura
Água
Maçã



*Cardápio sujeito a alterações no decorrer da semana.

Janice Blanco
Nutricionista CRN₂: 6034

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