

# Cardápio da Semana – Berçário 1 - 2 anos



| SEGUNDA  | TERÇA   | QUARTA   | QUINTA   | SEXTA   |
|--|---|--|--|---|
| <b>COLAÇÃO (8h30min)</b><br>Banana<br>Uva (cortada em tirinhas longitudinais e sem sementes)   | <b>COLAÇÃO (8h30min)</b><br>Pão nutritivo colorido (sem açúcar)<br>Vitamina de banana e cacau   | <b>COLAÇÃO (8h30min)</b><br>Morango<br>Pera  | <b>COLAÇÃO (8h30min)</b><br>Bolo de banana (sem açúcar)<br>Suco de abacaxi (70 ml)   | <b>COLAÇÃO (8h30min)</b><br>Maçã<br>Mamão   |
| <b>ALMOÇO (10h30min)</b><br>Chuchu cozido<br>Tomate<br>Arroz integral<br>Feijão preto<br>Guisado<br>Massa com legumes (beterraba e cenoura)<br>Água<br>Melão | <b>ALMOÇO (10h30min)</b><br>Alface<br>Moranga cozida<br>Arroz branco<br>Feijão preto<br>Peito de frango em cubinhos pequenos grelhados<br>Repolho refogado<br>Água<br>Manga | <b>ALMOÇO (10h30min)</b><br>Beterraba ralada<br>Rúcula<br>Arroz branco<br>Feijão preto<br>Hambúrguer caseiro de gado<br>Mandioca com molho vermelho<br>Água<br>Ameixa                              | <b>ALMOÇO (10h30min)</b><br>Cenoura ralada<br>Tomate cereja (cortado em tirinhas longitudinais)<br>Arroz branco<br>Feijão preto<br>Peito de frango com molho vermelho<br>Couve-flor gratinada<br>Água<br>Laranja | <b>ALMOÇO (10h30min)</b><br>Beterraba cozida<br>Brócolis<br>Arroz branco<br>Lentilha<br>Guisado com molho vermelho<br>Farofa<br>Água<br>Abacaxi         |
| <b>LANCHE (13h30min)</b><br>Bolinho de maçã (sem açúcar)<br>Chá de frutas (sem açúcar)   | <b>LANCHE (13h30min)</b><br>Laranja<br>Maçã   | <b>LANCHE (13h30min)</b><br>Panqueca de milho e abobrinha<br>Suco de uva natural (70 ml)   | <b>LANCHE (13h30min)</b><br>Banana<br>Kiwi   | <b>LANCHE (13h30min)</b><br>Pão caseiro (sem açúcar)<br>Iogurte natural batido com banana   |
| <b>JANTAR (15h30min)</b><br>Abobrinha<br>Repolho roxo<br>Arroz branco<br>Feijão preto<br>Sobrecoxa assada desfiada<br>Milho verde (espiga)<br>Água<br>Maçã   | <b>JANTAR (15h30min)</b><br>Brócolis<br>Cenoura ralada<br>Arroz branco<br>Feijão carioquinha<br>Guisado acebolado<br>Batata souté<br>Água<br>Caqui                          | <b>JANTAR (15h30min)</b><br>Chuchu cozido<br>Tomate cereja (cortado em tirinhas longitudinais)<br>Arroz branco<br>Feijão preto<br>Carne suína assada desfiada<br>Couve refogada<br>Água<br>Laranja | <b>JANTAR (15h30min)</b><br>Alface roxa<br>Pepino<br>Arroz integral<br>Feijão preto<br>Guisado com molho vermelho<br>Polenta<br>Água<br>Morango  | <b>JANTAR (15h30min)</b><br>Repolho<br>Tomate<br>Arroz branco<br>Feijão preto<br>Peito de frango com molho vermelho<br>Cenoura refogada<br>Água<br>Pera |



\*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