

# Cardápio da Semana – Berçário 1 - 2 anos



19/08/19

20/08/19

21/08/19

22/08/19

23/08/19

## SEGUNDA

**COLAÇÃO** (8h30min)  
Manga  
Pera

**ALMOÇO** (10h45min – 11h15min)  
Brócolis  
Tomate  
Arroz integral  
Feijão preto  
Guisadinho acebolado  
Massa com orégano  
Água

**LANCHE** (13h15min – 13h45min)  
Bolo de banana baby  
Suco de bergamota (75 mL)

**JANTAR** (15h45min – 16h15min)  
Alface  
Moranga  
Arroz branco  
Feijão preto  
Hambúrguer caseiro de frango (picadinho)  
Refogado de legumes (cenoura, chuchu, vagem)  
Água  
Abacaxi

## TERÇA

**COLAÇÃO** (8h30min)  
Pãozinho de cenoura com gergelim (sem açúcar)  
Suco de maçã com mamão (75 mL)

**ALMOÇO** (10h45min – 11h15min)  
Beterraba cozida  
Couve-flor  
Arroz branco  
Feijão preto  
Peito de frango em cubinhos pequenos grelhados  
Quibebe (sem açúcar)  
Água  
Pera

**LANCHE** (13h15min – 13h45min)  
Maçã  
Laranja

**JANTAR** (15h45min – 16h15min)  
Repolho roxo  
Tomate  
Arroz branco  
Feijão preto  
Almôndegas de gado com molho vermelho (picadinhas)  
Mandioca  
Água

## QUARTA

**COLAÇÃO** (8h30min)  
Banana  
Kiwi

**ALMOÇO** (10h45min – 11h15min)  
Alface  
Cenoura cozida  
Arroz branco  
Feijão preto  
Guisado com molho vermelho  
Polenta  
Água

**LANCHE** (13h15min – 13h45min)  
Biscoito de polvilho  
Suco de manga (75 mL)

**JANTAR** (15h45min – 16h15min)  
Abobrinha  
Espinafre  
Arroz branco  
Feijão preto  
Peito de frango desfiado com molho vermelho  
Cenoura refogada  
Água  
Manga

## QUINTA

**COLAÇÃO** (8h30min)  
Muffin de cacau (sem açúcar)  
Suco de melão (75 mL)

**ALMOÇO** (10h45min – 11h15min)  
Chuchu ralado  
Moranga cozida  
Arroz branco  
Lentilha  
Carne de porco assada desfiada  
Couve refogada  
Água  
Laranja

**LANCHE** (13h15min – 13h45min)  
Banana  
Morango

**JANTAR** (15h45min – 16h15min)  
Cenoura cozida  
Vagem  
Arroz integral  
Feijão preto  
Panqueca com recheio de guisado  
Água

## SEXTA

**COLAÇÃO** (8h30min)  
Abacate (sem açúcar)  
Maçã

**ALMOÇO** (10h45min – 11h15min)  
Repolho roxo  
Tomate cereja (cortado em tirinhas longitudinais)  
Arroz branco  
Feijão preto  
Guisado com molho vermelho  
Batata assada em palitos  
Água

**LANCHE** (13h15min – 13h45min)  
Grissini colorido com gergelim  
Suco de abacaxi (75 mL)

**JANTAR** (15h45min – 16h15min)  
Brócolis  
Beterraba ralada  
Arroz branco  
Feijão preto  
Peito de frango em cubinhos pequenos com molho vermelho  
Milho verde (espiga)  
Água  
Pera



\*Cardápio sujeito a alterações no decorrer da semana.

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