



# CARDÁPIO DE SETEMBRO - BERÇÁRIO



JUNSHIN	SEG	TER	QUA	QUI 01.09.22	SEX 02.09.22
<b>ALMOÇO</b> A partir de 6 meses					
<b>ALMOÇO</b> a partir 10 meses				Arroz, feijão, tirinhas de carne, mandioca cozida, salada de abobrinha	Arroz, feijão, frango desfiado c/ tomate, kabotchá cozido, salada grão de bico
<b>LANCHE tarde</b> A partir de 6 m				Melão	Kiwi + banana
<b>LANCHE tarde</b> A partir 12 m				Melão, milho cozido	Kiwi + banana, pão de queijo
	SEG 05.09.22	TER 06.09.22	QUA 07.09.22	QUI 08.09.22	SEX 09.09.22
<b>ALMOÇO</b> A partir de 6 meses					
<b>ALMOÇO</b> A partir 10 meses	Arroz, feijão, ovo cozido, macarrão cabelinho alho e óleo, salada couve-flor	Arroz integral, feijão, nuggets frango caseiro, purê de batata, salada chuchu	FERIADO	FERIADO	RECESSO
<b>LANCHE</b> A partir de 6 m	Banana prata	Maçã			
<b>LANCHE</b> A partir 12 m	Banana prata, batata doce cozida	Maçã, mini pizza milho			
	SEG 12.09.22	TER 13.09.22	QUA 14.09.22	QUI 15.09.22	SEX 16.09.22
<b>ALMOÇO</b> A partir de 6 meses					
<b>ALMOÇO</b> A partir 10 meses	Arroz, feijão, carne de panela, batata doce corada, salada abobrinha	Arroz integral, feijão, frango assado, nhoque ao sugo, salada beterraba	Arroz, feijão, tirinhas carne grelhada, brócolis refogado, salada cenoura	Arroz, feijão, peito frango grelhado, couve-flor gratinada, salada pepino	Arroz, feijão, peixe c/ aveia assado, jardineira legumes, salada rabanete
<b>LANCHE</b> A partir de 6 m	Tomate cereja	Mamão papaia	Melão	Banana prata	Pêra
<b>LANCHE</b> A partir 12 m	Tomate cereja, pão de queijo	Mamão papaia, bolo de maçã integral	Melão, pãozinho de abóbora	Banana prata, panqueca	Pêra, pastel assado de carne

	SEG 19.09.22	TER 20.09.22	QUA 21.09.22	QUI 22.09.22	SEX 23.09.22
<b>ALMOÇO</b> A partir de 6 meses					
<b>ALMOÇO</b> A partir 10 meses	Arroz, feijão, omelete, macarrão parafuso c/ ervilhas, salada brócolis	Arroz integral, feijão, almôndegas, polenta mole, salada abobrinha	Arroz, feijão, frango cozido c/ ervas, espinafre refogado, salada couve-flor	Arroz, feijão, mignon suíno grelhado, kobotchá assado, salada tomate	Arroz, feijão, carne moída refogada, purê de mandioquinha, salada cenoura
<b>LANCHE</b> A partir de 6 m	Mamão papaia	Uva sem semente	Banana prata	Manga	Maçã
<b>LANCHE</b> A partir 12 m	Mamão papaia, mini pizza integral c/ queijo, tomate, orégano	Uva sem semente, biscoito de polvilho	Banana prata, pãozinho de ricota c/ chia	Manga, cupcake de cenoura	Maçã, pão caseiro c/ patê frango
	SEG 26.09.22	TER 27.09.22	QUA 28.09.22	QUI 29.09.22	SEX 30.09.22
<b>ALMOÇO</b> A partir de 6 meses					
<b>ALMOÇO</b> A partir 10 meses	Arroz, feijão, frango ensopado, macarrão alho e óleo, salada beterraba	Arroz integral, feijão, hambúrguer nutritivo, milho refogado, salada de brócolis	Arroz, feijão, frango c/ batata e cenoura, repolho refogado, salada pepino	Arroz, feijão, picadinho, batata doce sauté, salada chuchu	Arroz, feijão, peixe grelhado, abobrinha refogada, salada vagem
<b>LANCHE</b> A partir de 6 m	Banana prata	Mamão papaia	Manga	Maçã	Melão
<b>LANCHE</b> A partir 12 m	Banana prata, pão de queijo	Mamão papaia, crepioca	Manga, esfiha de carne	Maçã, muffin de banana	Melão, biscoito de polvilho

**Observações:** o cardápio poderá sofrer alterações por alimentos de mesmo valor nutricional.

\* Nas preparações, utilizamos, azeite de oliva, alho, cebola, cheiro verde, menor quantidade possível de sal (quando necessário). Isento de açúcar

Consistência dos alimentos (respeitando sempre a individualidade de cada criança):

Até os 8 meses: alimentos amassados.

Dos 8 aos 9 meses: alimentos levemente amassados. Acrescenta arroz e caldo de feijão

Dos 9 aos 12 meses: alimentos em pedaços pequenos. Acrescenta arroz e feijão

A partir dos 12 meses: alimentos em pedaços.