



CARDÁPIO DE DEZEMBRO - BERÇÁRIO



| | SEG 01.12 | TER 02.12 | QUA 03.12 | QUI 04.12 | SEX 05.12 |
|------------------------------------|--|---|--|--|--|
| ALMOÇO A partir de 6 m | Papinha de mandioca, abobrinha, lentilha e carne suína desfiada. | Papinha de batata, cenoura, chuchu e carne moída. | Papinha de macarrão cabelo de anjo, cenoura, brócolis, couve flor e carne desfiada. | Papinha de batata doce, abobrinha, chuchu e frango desfiado. | Papinha de inhame, cenoura, tomate e carne desfiada. |
| ALMOÇO a partir 10 meses | Arroz e feijão preto, bistecca grelhada, farofa colorida, salada de couve e tomate, pêssego. | Arroz integral e feijão carioca, escondidinho de carne, salada de alface e beterraba, banana. | Arroz e feijão preto, macarrão cabelo de anjo com cenoura, brócolis, couve flor e carne, salada de acelga e cenoura, melancia. | Arroz e arroz de forno, feijão carioca, frango assado, salada de escarola e pepino, manga. | Arroz, feijão preto, bife grelhado, batatas sauté, salada de alface americana e tomate, melão. |
| LANCHE A partir de 6 m | Banana prata | Manga | Laranja | Maçã | Mamão papaia |
| LANCHE A partir 12 meses | Banana, bolo mesclado (com aveia e açúcar de coco). | Manga, pão com manteiga. | Laranja, bolinho de chuva, assado (com banana, aveia e açúcar de coco). | Manga, pão com queijo. | Mamão, torta montanha russa. |

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

* Nas preparações, utilizamos, óleo vegetal, 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.