



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, bisteca 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 requeijão.	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.