



CARDÁPIO DE MAIO - BERÇÁRIO



JUNSHIN	SEG 01.05.23	TER 02.05.23	QUA 03.05.23	QUI 04.05.23	SEX 05.05.23
ALMOÇO A partir de 6 meses		Papinha inhame, agrião, beterraba e frango	Papinha de tofu, abobrinha, cenoura e carne	Papinha de batata doce, milho, chuchu e carne	Papinha de mandioca, cenoura, ervilha e frango
ALMOÇO a partir 10 meses	FERIADO	Arroz integral, feijão carioca, frango ensopado, batata sauté, salada agrião e beterraba, laranja	Arroz, feijão preto, tirinhas carne grelhada, tofu c/ abobrinha, salada alface e rabanete, mamão	Arroz, feijão carioca, picadinho c/ milho, farofa c/ ovos, salada chicória e chuchu, maçã	Arroz, feijão preto, frango assado, parafuso colorido, salada verde e cenoura, caqui
LANCHE A partir de 6 m		Banana prata	Melão	Mamão papaia	Kiwi
LANCHE A partir 12 m		Banana prata, pão de queijo	Melão, panqueca batata doce	Mamão papaia, pão abóbora c/ requeijão	Kiwi, muffin de banana
	SEG 08.05.23	TER 09.05.23	QUA 10.05.23	QUI 11.05.23	SEX 12.05.23
ALMOÇO A partir de 6 meses	Papinha de inhame, abobrinha, cenoura e gema ovo	Papinha de batata doce, brócolis, mandioquinha e frango	Papinha de mandioca, espinafre, chuchu e carne	Papinha de batata, cenoura, repolho e frango	Papinha de mandioquinha, abóbora, vagem e carne
ALMOÇO A partir 10 meses	Arroz, feijão preto, ovo mexido, abobrinha refogada, salada alface roxa e tomate, banana	Arroz integral, feijão carioca, frango ao molho, batata doce cozida, salada chicória e brócolis, mamão	Arroz, feijão preto, tirinhas carne, bolinho de espinafre assado, salada alface e rabanete, ponkan	Arroz, feijão carioca, carne moída c/ molho, espaguete, salada repolho e cenoura, maçã	Arroz, feijão preto, peixe empanado c/ aveia assado, purê batata salsa, salada verde e pepino, caqui
LANCHE A partir de 6 m	Uva sem semente	Caqui	Banana prata	Mamão papaia	Abacate + banana
LANCHE A partir 12 m	Uva sem semente, broa de fubá	Caqui, biscoito polvilho	Banana prata, pão integral c/ creme ricota	Mamão papaia, panqueca	Abacate + banana, pizza de milho
	SEG 15.05.23	TER 16.05.23	QUA 17.05.23	QUI 18.05.23	SEX 19.05.23
ALMOÇO A partir de 6 meses	Papinha de milho, brócolis, agrião e cenoura e frango	Papinha de mandioca, chuchu, abóbora e carne	Papinha de batata, cenoura, repolho e frango	Papinha fubá, abobrinha, chicória e carne	Papinha batata salsa, cenoura, ervilha e frango
ALMOÇO A partir 10 meses	Arroz, feijão preto, frango grelhado, creme de milho, salada brócolis e agrião, laranja	Arroz integral, feijão carioca, hambúrguer nutritivo, mandioca cozida, salada repolho roxo e chuchu, maçã	Arroz, feijão preto, frango c/ batata e cenoura, salada alface e tomate, banana	Arroz, feijão carioca, carne de panela, polenta mole, salada chicória e abobrinha, caqui	Arroz, feijão preto, frango assado, seleta legumes, salada verde e beterraba, melão
LANCHE A partir de 6 m	Banana prata	Mamão papaia	Ponkan	Maçã	Manga
LANCHE A partir 12 m	Banana prata, pão de queijo	Mamão papaia, crepioca	Ponkan, esfiha de carne	Maçã, inhaminho de morango	Manga, bisnaguinha cenoura c/ cream cheese

	SEG 22.05.23	TER 23.05.23	QUA 24.05.23	QUI 25.05.23	SEX 26.05.23
ALMOÇO A partir de 6 meses	Papinha de batata, espinafre, abóbora, vagem e gema de ovo	Papinha de batata doce, chuchu, cenoura e frango	Papinha de couve-flor, brócolis, acelga, cenoura e carne	Papinha de mandioca, chuchu, ervilha e frango	Papinha de grão de bico, abóbora, abobrinha e carne
ALMOÇO A partir 10 meses	Arroz, feijão preto, omelete, nhoque espinafre, salada alface americana e vagem, banana	Arroz integral, feijão carioca, escondidinho de frango, chuchu sauté, salada agrião e cenoura, mamão	Arroz, feijão preto, tirinhas de carne, jardineira de legumes, salada alface roxa e tomate, ponkan	Arroz, feijão carioca, bisteca grelhada, couve refogada, salada alface e chuchu, maçã	Arroz, feijão preto, peixe grelhado, kabotchá cozido, salada verde e grão de bico, laranja
LANCHE A partir de 6 m	ponkan	Maçã	Caqui	Mamão papaia	Kiwi
LANCHE A partir 12 m	ponkan, pizza queijo, tomate, manjeriçao	Maçã, panqueca de abóbora	Caqui, pão de batata c/ requeijão	Mamão papaia, milho cozido	Kiwi, pastel assado frango
	SEG 29.05.23	TER 30.05.23	QUA 31.05.23	QUI	SEX
ALMOÇO A partir de 6 meses	Papinha batata, ervilha, cenoura e carne	Papinha de batata doce, mandioquinha, chuchu e carne	Papinha de inhame, cenoura, abobrinha e frango		
ALMOÇO A partir 10 meses	Arroz, feijão preto, picadinho c/ ervilha, batata corada, salada chicória e pepino, caqui	Arroz integral, feijão carioca, bolinho de carne assado, espaguete alho e óleo, salada alface e rabanete, ponkan	Arroz, feijão preto, frango c/ inhame e cenoura, salada repolho e tomate, mamão		
LANCHE A partir de 6 m	Uva sem semente	maçã	Caqui		
LANCHE A partir 12 m	Uva sem semente, pão de queijo	Maçã, bolo de banana	Caqui, pão integral c/ creme de ricota e pepino		

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.