



Cardápio - Berçário I- De 12 a 18 meses – 1º SEMESTRE 2021

PRIMEIRA SEMANA

| | Segunda | Terça | Quarta | Quinta | Sexta |
|-------------------|--|---|---|---|--|
| Colação | Mamão / maçã Suco de fruta s/ açúcar Pão sem leite | Manga / melão Suco de fruta s/ açúcar Bolo de banana s/ leite s/ açúcar | Melão / goiaba Suco de fruta s/ açúcar Biscoito de batata doce e chia | Banana / abacate Suco de fruta s/ açúcar Danoninho de inhame c/ manga | Uva sem semente / manga Suco de fruta s/ açúcar Bolo de milho s/ leite s/ açúcar |
| Almoço | Arroz Feijão Batata, beterraba Carne moída | Risotinho (Arroz, cenoura, mandioca, espinafre e frango) Feijão | Arroz Feijão Abóbora, cará, agrião Carne | Arroz Feijão Beterraba, mandioca, couve, Frango | Lentilha Abobrinha, inhame, brócolis Carne moída |
| Lanche | Banana / Uva sem semente Suco de fruta s/ açúcar Tapioca c/ azeite | Goiaba / mamão Suco de fruta s/ açúcar Danoninho de inhame com mamão | Pera / banana Suco de fruta s/ açúcar Cuscuz | Manga / Laranja Suco de fruta s/ açúcar Pão sem leite | Maçã/ mamão Suco de fruta s/ açúcar Tapioca c/ azeite |
| Jantar | Sopa: Arroz Batata, abobrinha, couve Frango | Sopa: Macarrão Cenoura, batata, brócolis Carne | Canja: Arroz, Vagem, beterraba, inhame Frango | Sopa: Macarrão, Cenoura, batata, agrião Carne moída | Canja: Arroz, Abóbora, mandioca, chuchu Frango |
| Adicionais | Farinha de linhaça e azeite de oliva | | | | |

Nutricionista: Adriana Silva Lopes CRN1 4084



Cardápio - Berçário I- De 12 a 18 meses - 1º SEMESTRE 2021

SEGUNDA SEMANA

| | Segunda | Terça | Quarta | Quinta | Sexta |
|-------------------|---|--|---|---|---|
| Colação | Banana / melão Suco de fruta s/ açúcar Cuscuz | Melão / maçã Suco de fruta s/ açúcar Bolo de laranja s/ leite s/ açúcar | Manga / goiaba Suco de fruta s/ açúcar Panquequinha nutritiva de banana | Mamão / melão Suco de fruta s/ açúcar Danoninho de inhame c/ manga | Manga / maçã Suco de fruta s/ açúcar Bolo de banana s/ leite s/ açúcar |
| Almoço | Arroz Feijão Chuchu, batata doce, Frango | Arroz Lentilha Mandioca, cenoura, brócolis Carne | Arroz Feijão Abobrinha, inhame, agrião, Frango | Arroz Feijão Abóbora, beterraba Carne moída | Arroz Feijão Cará, batata doce Frango |
| Lanche | Mamão / manga Suco de fruta s/ açúcar Tapioca c/ azeite | Goiaba / mamão Suco de fruta s/ açúcar Danoninho de inhame com mamão | Banana / abacate Suco de fruta s/ açúcar Pão sem leite | Uva sem semente / maçã Suco de fruta s/ açúcar Cuscuz | Pera / mamão Suco de fruta s/ açúcar Pão sem leite |
| Jantar | Sopa: Macarrão Beterraba, inhame Carne moída | Canja: Arroz Abóbora, chuchu, couve Frango | Sopa: Macarrão Beterraba, cenoura, espinafre Carne moída | Sopa: Arroz, Batata, vagem, abobrinha Filé de peixe | Sopa: Macarrão, Inhame, chuchu, cenoura Carne moída |
| Adicionais | Farinha de linhaça e azeite de oliva | | | | |

Nutricionista: Adriana Silva Lopes CRN1 4084

Cardápio - Berçário I- De 12 a 18 meses - 1º SEMESTRE 2021

TERCEIRA SEMANA

| | Segunda | Terça | Quarta | Quinta | Sexta |
|-------------------|---|--|---|--|--|
| Colação | Melão / banana Suco de fruta s/ açúcar Pão sem leite | Manga / mamão Suco de fruta s/ açúcar Bolo de milho s/ leite s/ açúcar | Melão / banana Suco de fruta s/ açúcar Biscoito de batata doce e chia | Pera / goiaba Suco de fruta s/ açúcar Danoninho de inhame c/ manga | Banana / abacate Suco de fruta s/ açúcar Bolo de maçã s/ leite s/ açúcar |
| Almoço | Risotinho (Arroz Abóbora, mandioquinha, couve e Carne moída) Feijão | Arroz Feijão Cenoura, cará, agrião, Frango | Arroz Feijão Inhame, brócolis, beterraba Carne moída | Arroz Lentilha Chuchu, abóbora Frango | Arroz Feijão Abobrinha, mandioca Carne moída |
| Lanche | Maçã / mamão Suco de fruta s/ açúcar Tapioca com azeite | Uva sem semente / banana Suco de fruta s/ açúcar Danoninho de inhame com mamão | Mamão / maçã Suco de fruta s/ açúcar Pão sem leite | Manga / mamão Suco de fruta s/ açúcar Cuscuz | Mamão / maçã Suco de fruta s/ açúcar Pão sem leite |
| Jantar | Canja: Arroz Abobrinha, inhame, cenoura Frango | Sopa: Macarrão, Abóbora, espinafre, batata Carne moída | Canja: Arroz Chuchu, cará, couve, Frango | Sopa: Macarrão, Abóbora, beterraba, inhame Carne | Sopa: Arroz, Batata, cenoura, vagem Frango |
| Adicionais | Farinha de linhaça e azeite de oliva | | | | |

Nutricionista: Adriana Silva Lopes CRN1 4084

Cardápio - Berçário I- De 12 a 18 meses - 1º SEMESTRE 2021

QUARTA SEMANA

| | Segunda | Terça | Quarta | Quinta | Sexta |
|-------------------|--|---|--|---|--|
| Colação | Mamão / melão Suco de fruta s/ açúcar Cuscuz | Manga / maçã Suco de fruta s/ açúcar Bolo de maçã sem leite s/ açúcar | Melão / manga Suco de fruta s/ açúcar Panquequinha nutritiva de banana | Banana / mamão Suco de fruta s/ açúcar Danoninho de inhame c/ manga | Pera / goiaba Suco de fruta s/ açúcar Bolo de banana sem leite |
| Almoço | Arroz Feijão Batata doce, inhame, brócolis. Frango | Arroz Lentilha Cenoura, chuchu, couve Carne moída | Arroz Feijão Mandioquinha, beterraba, espinafre Frango | Arroz Feijão Batata, vagem, abobrinha Carne | Arroz Feijão Mandioca, brócolis, cenoura Frango |
| Lanche | Banana / abacate Suco de fruta s/ açúcar Tapioca c/ azeite | Uva sem semente / pera Suco de fruta s/ açúcar Danoninho de inhame com banana | Banana / Mamão Suco de fruta s/ açúcar Cuscuz | Manga / melão Suco de fruta s/ açúcar Pão sem leite | Maçã / banana Suco de fruta s/ açúcar Tapioca com azeite |
| Jantar | Sopa: Macarrão, Chuchu, batata, couve Carne | Sopa: Arroz Mandioca, cenoura, vagem Peixe | Sopa: Macarrão Beterraba, abobrinha, inhame, Carne moída | Canja: Arroz, Chuchu, couve, batata Frango | Sopa: Macarrão, Beterraba, abobrinha, espinafre Carne moída |
| Adicionais | Farinha de linhaça e azeite de oliva | | | | |

Nutricionista: Adriana Silva Lopes CRN1 4084