



CARDÁPIO DE SETEMBRO - BERÇÁRIO



| JUNSHIN | SEG | TER | QUA | QUI 01.09.22 | SEX 02.09.22 |
|--|--|---|---|---|--|
| ALMOÇO A partir de 6 meses | | | | | |
| ALMOÇO 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 |
| LANCHE tarde A partir de 6 m | | | | Melão | Kiwi + banana |
| LANCHE tarde 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 |
| ALMOÇO A partir de 6 meses | | | | | |
| ALMOÇO 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 |
| LANCHE A partir de 6 m | Banana prata | Maçã | | | |
| LANCHE 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 |
| ALMOÇO A partir de 6 meses | | | | | |
| ALMOÇO 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 |
| LANCHE A partir de 6 m | Tomate cereja | Mamão papaia | Melão | Banana prata | Pêra |
| LANCHE 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 |
|--------------------------------------|--|--|--|--|---|
| ALMOÇO A partir de 6 meses | | | | | |
| ALMOÇO 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 |
| LANCHE A partir de 6 m | Mamão papaia | Uva sem semente | Banana prata | Manga | Maçã |
| LANCHE 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 |
| ALMOÇO A partir de 6 meses | | | | | |
| ALMOÇO A partir 10 meses | Arroz, feijão, frango ensopado, macarrão alho e óleo, salada beterraba | Arroz integral, feijão, hamburguer 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 |
| LANCHE A partir de 6 m | Banana prata | Mamão papaia | Manga | Maçã | Melão |
| LANCHE 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.