



CARDÁPIO DE JULHO - BERÇÁRIO



JUNSHIN	SEG 03.07.23	TER 04.07.23	QUA 05.07.23	QUI 06.07.23	SEX 07.07.23
ALMOÇO A partir de 6 meses	Papinha inhame, couve-flor, abobrinha e frango	Papinha batata doce, cenoura, couve, mignon suíno	Papinha abóbora, vagem, mandioquinha e carne	Papinha batata, brócolis, cenoura e carne	Papinha mandioca, abóbora, chuchu e frango
ALMOÇO a partir 10 meses	Arroz, feijão preto, frango ensopado, espaguete alho e óleo, salada agrião e couve-flor, ponkan	Arroz integral, feijão carioca, mignon suíno, kabotchá cozido, salada alface roxa e cenoura, mamão	Arroz, feijão preto, tirinhas carne, omelete, salada pepino, tomate, caqui	Arroz, feijão carioca, almôndegas ao molho, purê batata, salada alface e brócolis, maçã	Arroz, feijão preto, tirinhas frango grelhado, couve refogada, salada verde e rabanete, laranja
LANCHE A partir de 6 m	Morango	Banana prata	Mamão papaia	Ponkan	Abacate + banana
LANCHE A partir 12 m	Morango, pizza queijo, tomate, orégano	Banana prata, panqueca de aveia	Mamão papaia, milho cozido	Ponkan, pão caseiro c/ requeijão	Abacate + banana, crepioca
	SEG 10.07.23	TER 11.07.23	QUA 12.07.23	QUI 13.07.23	SEX 14.07.23
LANCHE MANHÃ A partir de 6 meses	Mamão papaia	Melão	Banana prata	Maçã	Uva sem semente
LANCHE A partir 12 m	Mamão papaia, torrada c/ creme ricota	Melão, pão de queijo	Banana prata, biscoito de polvilho	Maçã, bolo de banana	Uva sem semente, crepioca
ALMOÇO A partir de 6 meses	Papinha batata, beterraba, espinafre e gema de ovo	Papinha arroz integral, cenoura, couve-flor, abobrinha e carne	Papinha inhame, cenoura, chuchu e carne de porco	Papinha mandioquinha, abóbora, ervilha e frango	Papinha batata doce, abobrinha, cenoura e carne
ALMOÇO A partir 10 meses	Arroz, feijão preto, ovo mexido, bolinho espinafre assado, salada alface e beterraba, ponkan	Arroz integral, feijão carioca, bife de panela, talharim, salada agrião e couve-flor, maçã	Arroz, feijão preto, carne de porco cozida, batata sauté, salada repolho e cenoura, mamão	Arroz, feijão carioca, peito frango grelhado, purê mandioquinha, salada alface roxa e pepino, laranja	Arroz, feijão preto, carne moída c/ molho, abobrinha refogada, salada verde e mista cozida, caqui
LANCHE A partir de 6 m	Banana prata	Laranja lima	ponkan	Banana prata	Melão
LANCHE A partir 12 m	Banana prata, milho cozido	Laranja lima, bolo de cacau	Ponkan, hamburguinho	Banana prata, pão de abóbora c/ requeijão	Melão, pizza de milho
	SEG 17.07.23	TER 18.07.23	QUA 19.07.23	QUI 20.07.23	SEX 21.07.23
ALMOÇO					
ALMOÇO	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS
LANCHE					

LANCHE					
	SEG 24.07.23	TER 25.07.23	QUA 26.07.23	QUI 27.07.23	SEX 28.07.23
ALMOÇO A partir de 6 meses	Papinha mandioca, ervilha, cenoura e carne	Papinha arroz integral, agrião, chuchu, abóbora e frango	Papinha batata, cenoura, abobrinha, frango	Papinha batata doce, beterraba, vagem e carne	Papinha mandioquinha, chuchu, cenoura, grão de bico e peixe
ALMOÇO A partir 10 meses	Arroz, feijão preto, picadinho c/ ervilhas, parafuso colorido, salada rúcula e cenoura, banana	Arroz integral, feijão carioca, frango assado, farofa colorida, salada agrião e tomate, maçã	Arroz, feijão preto, peito de frango c/ batata e cenoura, repolho refogado, salada alface e pepino, ponkan	Arroz, feijão carioca, bife grelhado, batata doce corada, alface americana e beterraba, caqui	Arroz, feijão preto, peixe empanado c/ aveia assado, jardineira legumes, salada verde e grão de bico, laranja
LANCHE A partir de 6 m	Mamão papaia	Caqui	Banana prata	Maçã	Abacate + banana
LANCHE A partir 12 m	Mamão papaia, pão de queijo	Caqui, inhaminho morango	Banana prata, pão semi integral c/ requeijão	Maçã, panqueca de aveia	Abacate + banana, pastel assado carne
	SEG 31.07.22	TER	QUA	QUI	SEX
ALMOÇO A partir de 6 meses	Papinha batata doce, brócolis, cenoura e gema de ovo				
ALMOÇO A partir 10 meses	Arroz, feijão preto, omelete, espaguete integral ao sugo, salada agrião e brócolis, ponkan				
LANCHE A partir de 6 m	Banana prata				
LANCHE A partir 12 m	Banana prata, mingau de aveia				

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.