



CARDÁPIO DE NOVEMBRO - BERÇÁRIO



JUNSHIN					SEX 01.11
ALMOÇO A partir de 6 m					Papinha de batata, abóbora, abobrinha e carne.
ALMOÇO a partir 10 meses					Arroz e feijão preto, carne de panela, macarrão integral ao sugo, salada de escarola e vagem, manga.
LANCHE A partir de 6 m					Salada de frutas macias (banana, mamão, melão)
LANCHE A partir 12 meses					Salada de frutas, arroz doce (banana e canela)
	SEG 04.11	TER 05.11	QUA 06.11	QUI 07.11	SEX 08.11
ALMOÇO A partir de 6 m	Papinha de batata doce, cenoura, vagem e frango desfiado.	Papinha de inhame, abóbora, chuchu e carne suína desfiada.	Papinha de macarrão cabelo de anjo (sem ovos), brócolis, couve flor, cenoura e carne desfiada.	Papinha de batata, abobrinha, cenoura e carne.	Papinha de batata salsa, chuchu, vagem e carne moída.
ALMOÇO a partir 10 meses	Arroz e feijão preto, iscas de frango grelhadas com vagem, cenoura refogada, salada de almeirão e tomate, manga.	Arroz integral e feijão carioca, bisteca cremosa na pressão, couve fininha refogada, salada de alface e abóbora, abacaxi.	Arroz e feijão preto, macarrão cabelo de anjo com tiras de carne, cenoura, brócolis, couve flor , salada de escarola e pepino, melancia.	Arroz e feijão carioca, bife grelhado, batata sauté, salada de alface americana e rabanete, melão.	Arroz e feijão preto, almôndegas, purê misto, salada de repolho e chuchu, mamão
LANCHE A partir de 6 m	Melão	Banana prata	Pêra Willians	Manga palmer	Salada de frutas macias (mamão, manga, banana)
LANCHE A partir 12 meses	Melão, torta de legumes.	Banana, pão caseiro com creme de ricota.	Pêra, panqueca de banana com aveia e cacau.	Manga, pão com patê de frango caseiros.	Salada de frutas macias, biscoito de coco para bebês (sem açúcar).
	SEG 11.11	TER 12.11	QUA 13.11	QUI 14.11	SEX 15.11
ALMOÇO A partir de 6 meses	Papinha de inhame, chuchu, beterraba e ovo.	Papinha de batata salsa, cenoura, abobrinha e frango desfiado.	Papinha de batata, cenoura, brócolis, couve flor e carne moída.	Papinha de batata doce, abobrinha, vagem e frango desfiado.	FERIADO



ALMOÇO A partir 10 meses	Arroz e feijão preto, omelete de forno, chuchu sauté, salada de rúcula e beterraba, mamão.	Arroz integral e feijão carioca, frango assado, farofa colorida, salada de agrião e tomate, maçã.	Arroz e feijão preto, carne moída com tofu e cenoura, inhame com ervilhas, salada de alface e berinjela, laranja.	Arroz e feijão carioca, fricassê de frango, batata doce assada, salada de alface e abobrinha, banana.	
LANCHE A partir de 6 m	Banana prata	Manga Palmer	Pêra Williams	Mamão papaia	
LANCHE A partir 12 m	Banana, milho cozido.	Manga, pão semi integral com requeijão.	Pêra, tortinha de frango com queijo.	Mamão, bolinho de maçã com uvas passas.	
	SEG 18.11	TER 19.11	QUA 20.11	QUI 21.11	SEX 22.11
ALMOÇO A partir de 6 meses	Papinha de polenta mole, cenoura, couve flor e carne desfiada.	Papinha de batata salsa, chuchu, cenoura e ovo.	Papinha de batata doce, abobrinha, vagem e frango desfiado.	Papinha de mandioca, chuchu, cenoura, vagem e peixe.	Papinha de batata, abobrinha, cenoura e frango.
ALMOÇO A partir 10 meses	Arroz e feijão preto, picadinho, polenta cremosa, salada de almeirão e couve flor, melão.	Arroz integral e feijão carioca, ovos mexidos, legumes refogados, salada de alface roxa e rabanete, laranja.	Arroz e feijão preto, tiras de frango, abobrinha com milho, salada de acelga e tomate, mamão.	Arroz, feijão carioca, peixe empanado com aveia assado, mandioca cozida, salada de escarola e brócolis, maçã.	Arroz e feijão preto, frango ensopado, nhoque cozido ao sugo, salada de alface americana e pepino, manga.
LANCHE A partir de 6 m	Mamão papaia	Melão	Laranja lima	Banana prata	Uva sem semente
LANCHE A partir 12 m	Mamão, pão de queijo.	Melão, esfiha de carne.	Laranja, bolo de cenoura (sem açúcar, com uvas passas).	Banana e biscoito de polvilho	Uva, pizza de milho.

	SEG 25.11	TER 26.11	QUA 27.11	QUI 28.11	SEX 29.11
ALMOÇO A partir de 6 meses	Papinha de inhame, abóbora, chuchu e carne de porco desfiada.	Papinha de batata doce, milho, couve flor e carne desfiada.	Papinha de batata, cenoura, abobrinha e frango desfiada.	Papinha de macarrão cabelo de anjo, chuchu, vagem e carne moída.	Papinha de batata salsa, vagem, brócolis e peixe desfiado.
ALMOÇO A partir 10 meses	Arroz e feijão preto, lombo de porco grelhado, quibebe de abóbora, salada de couve e chuchu, laranja.	Arroz e feijão carioca, carne assada, creme de milho, salada de alface e berinjela, melão.	Arroz e feijão preto, frango com batata e cenoura, repolho refogado, salada de alface americana e pepino, manga.	Arroz e feijão carioca, carne moída ao molho, macarrão cabelo de anjo, vagem refogada, salada de escarola e cenoura, abacaxi.	Arroz, feijão preto, peixe grelhado, jardineira de legumes, salada de acelga e tomate, mamão.
LANCHE	Manga Palmer	Banana prata	Mamão papaia	Pêra Williams	Laranja lima



A partir de 6 m					
LANCHE A partir 12 m	Manga, muffin de banana.	Banana, pastel assado de frango.	Mamão, biscoito de cacau.	Pêra, pão de batata doce com cream cheese.	Laranja, bisnaguinha de cenoura c/ creme de ricota.

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.