



JUNSHIN



CARDÁPIO DE SETEMBRO - BERÇÁRIO



| | SEG 02.09 | TER 03.09 | QUA 04.09 | QUI 05.09 | SEX 06.09 |
|--------------------------------------|---|---|---|---|--|
| ALMOÇO A partir de 6 m | Papinha de batata, chuchu, cenoura e frango desfiado. | Papinha de batata salsa, lentilha, berinjela (sem casca) e carne moída. | Papinha de batata doce, brócolis, cenoura e frango desfiado. | Papinha de inhame, abóbora, tomate e carne suína desfiada. | Papinha de batata, chuchu, abobrinha e carne desfiada. |
| ALMOÇO a partir 10 meses | Arroz e feijão preto, frango desfiado ao molho, cozido de batata picadinha, salada de rúcula e cenoura, maçã. | Arroz integral e feijão carioca, quibe assado, homus, salada de alface e berinjela, manga. | Arroz e feijão preto, picadinho de frango, repolho refogado, salada de almeirão e beterraba, mamão. | Arroz e feijão carioca, bisteca cremosa na pressão, purê de cabotiá, salada de couve e pepino, laranja. | Arroz e feijão preto, bife grelhado, chuchu refogado, salada de alface americana e tomate, melancia. |
| LANCHE A partir de 6 m | Banana prata | Melão | Pêra | Manga | Salada de frutas macias (banana, mamão, manga) |
| LANCHE A partir 12 meses | Banana, pão caseiro com queijo. | Melão, bolo de maçã (sem açúcar, c/ uvas passas). | Pêra, pão de queijo fake. | Manga, panqueca de banana com cacau. | Salada de frutas macias, pão de batata. |
| | SEG 09.09 | TER 10.09 | QUA 11.09 | QUI 12.09 | SEX 13.09 |
| ALMOÇO A partir de 6 m | Papinha de batata doce, abobrinha, couve flor e carne moída. | Papinha de quirera, brócolis, cenoura e frango desfiado. | Papinha de batata, cenoura, chuchu e carne desfiada | Papinha de mandioca, chuchu, vagem e carne desfiada. | Papinha de batata salsa, cenoura, abobrinha e peixe desfiado. |
| ALMOÇO a partir 10 meses | Arroz e feijão preto, carne moída colorida, couve flor refogada, salada de agrião e abobrinha, melão. | Arroz integral e feijão carioca, coxa e sobrecoxa ao molho, quirera cremosa, salada de alface roxa e brócolis, mamão. | Arroz e feijão preto, cozido de carne com batata e cenoura, omelete de espinafre, salada de acelga e chuchu, abacaxi. | Arroz e feijão carioca, picadinho de carne, farofa, salada de repolho e tomate, manga. | Arroz e feijão preto, filé de peixe ao molho, batata salsa sauté, salada de escarola e cenoura, laranja. |
| LANCHE A partir de 6 m | Banana prata | Manga palmer | Melão | Mamão papaia | Pêra |
| LANCHE A partir 12 meses | Banana, milho cozido | Manga, pão caseiro com patê. | Melão, bolo de cenoura (s/ açúcar). | Mamão, broa de fubá. | Pêra, arroz doce (s/ açúcar , c/ canela e maçã) |
| | SEG 16.09 | TER 17.09 | QUA 18.09 | QUI 19.09 | SEX 20.09 |
| ALMOÇO A partir de 6 meses | Papinha de batata, abóbora, couve flor e frango desfiado. | Papinha de batata salsa, brócolis, chuchu, carne de porco | Papinha de inhame, cenoura, pimentões vermelho e amarelo e frango desfiado. | Papinha de batata, abobrinha vagem e carne moída. | Papinha de batata doce, couve flor, chuchu e carne desfiada. |

| | | | | | |
|--|--|--|--|---|--|
| ALMOÇO A partir 10 meses | Arroz e feijão preto, filé de frango grelhado, couve flor gratinada, salada de chicória e abóbora, maçã. | Arroz integral e feijão carioca, lombo de porco grelhado, couve refogada, salada de alface e beterraba, manga. | Arroz e feijão preto, frango xadrez, bolinho de arroz com legumes (assado), salada de alface roxa e rabanete, melão. | Arroz e feijão carioca, panquecas de carne, abobrinha refogada, salada de alface e vagem, mamão. | Arroz e feijão preto, carne de panela, batata doce cozida, salada de almeirão e tomate, abacaxi. |
| LANCHE A partir de 6 m | Banana prata | Mamão papaia | Uva (s/ sementes) | Manga palmer | Laranja lima |
| LANCHE A partir 12 m | Banana, pão de queijo. | Mamão, pãozinho de ricota. | Uva , bolo de banana (sem açúcar). | Manga, pão semi integral com requeijão | Laranja, creme de morango (sem açúcar) |
| | SEG 23.09 | TER 24.09 | QUA 25.09 | QUI 26.09 | SEX 27.09 |
| ALMOÇO A partir de 6 meses | Papinha de batata, cenoura, lentilha e frango desfiado. | Papinha de polenta mole, tomate, abobrinha e carne moída | Papinha de macarrão cabelo de anjo, cenoura, brócolis, couve flor e carne. | Papinha de batata, vagem, chuchu e peixe desfiado. | Papinha de batata salsa, chuchu, brócolis e carne suína desfiada. |
| ALMOÇO A partir 10 meses | Arroz e feijão preto, frango assado, creme de milho, salada de agrião e cenoura, laranja. | Arroz integral e feijão carioca, almondegas ao sugo, polenta cremosa, salada de escarola e abobrinha, melão. | Arroz e feijão preto, macarrão cabelo de anjo ao molho de carne com brócolis, cenoura e couve flor, salada de alface americana e tomate, melancia. | Arroz e feijão carioca, filé de peixe grelhado, jardineira de legumes, salada de acelga e pepino, maçã. | Arroz e feijão preto, pernil de porco assado, farofa de couve, salada de repolho roxo e chuchu, mamão. |
| LANCHE A partir de 6 m | Banana prata | Pêra Willians | Manga palmer | Mamão papaia | Melão |
| LANCHE A partir 12 m | Banana, pizza de queijo e orégano. | Pêra, panqueca de banana com cacau (sem açúcar) | Manga, bolo de limão (sem açúcar, c/ maçã e uvas passas) | Mamão, torta salgada de frango com queijo. | Melão, pão de cenoura com cream cheese. |
| | SEG 30.09 | | | | |
| ALMOÇO A partir de 6 meses | Papinha de batata, abóbora, abobrinha e carne desfiada. | | | | |
| ALMOÇO A partir 10 meses | Arroz e feijão preto, escondidinho de carne com batatas, salada de alface e rabanete, manga. | | | | |
| LANCHE | | | | | |

| | | | | | |
|---------------------------------------|---|--|--|--|--|
| A partir de 6 m | | | | | |
| LANCHE A partir 12 m | Laranja, bolo de beterraba (sem açúcar, c/ maçã e uvas passas) | | | | |

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.