



JUNSHIN



CARDÁPIO DE JULHO - BERÇÁRIO



	SEG 30.06	TER 01.07	QUA 02.07	QUI 03.07	SEX 04.07
ALMOÇO A partir de 6 m	Papinha de macarrão cabelo de anjo, cenoura, tomate, abobrinha e carne moída.	Papinha de batata, abobrinha, chuchu e carne suína desfiada.	Papinha de batata salsa, cenoura, abobrinha e carne desfiada.	Papinha de batata doce, abobrinha, chuchu e frango desfiado.	Papinha de mandioca, abóbora, chuchu e carne desfiada.
ALMOÇO a partir 10 meses	Arroz e feijão preto, carne moída colorida, macarrão alho e óleo, salada de escarola e pepino, laranja.	Arroz e feijão carioca, pernil de porco, farofa de couve, salada de alface e beterraba, abacaxi.	Arroz e feijão preto, tiras de carne grelhadas, omelete de legumes, salada de acelga e tomate, melão.	Arroz e feijão carioca, frango desfiado, batata doce cozida, salada de alface e abobrinha, mamão.	Arroz e feijão preto, tiras de carne grelhadas, purê de abóbora, salada de repolho e chuchu, manga.
LANCHE A partir de 6 m	Banana prata	Manga	Melão	Maçã	Salada de frutas macias
LANCHE A partir 12 meses	Banana, pão de queijo	Manga, bolo de laranja sem açúcar, com aveia, farelo e açúcar de coco.	Melão, joelhinho de frango com milho	Maçã, pão semi-integral com creme de ricota.	Salada de frutas, panqueca de banana com aveia, farelo.
	SEG 07.07	TER 08.07	QUA 09.07	QUI 10.07	SEX 11.07
LANCHE A PARTIR DE 6 MESES	Mamão papaia	Banana prata	Melão	Maçã	Laranja lima
LANCHE A PARTIR DE 12 MESES	Mamão, crepioca com queijo.	Banana, bolo de maçã integral, sem açúcar, com aveia e açúcar de coco.	Melão, torta de frango.	Maçã, bolo de coco, sem açúcar, com aveia e açúcar de coco.	Laranja, torta montanha russa.
ALMOÇO A PARTIR DE 6 MESES	Papinha de batata doce, couve flor, abobrinha e frango desfiado.	Papinha de macarrão cabelo de anjo, tomate e cenoura e carne moída.	Papinha de batata salsa, brócolis, chuchu e carne suína desfiada.	Papinha de quirera, chuchu, cenoura e frango desfiado.	Papinha de batata, abobrinha, cenoura e carne desfiada.
ALMOÇO a partir	Arroz e feijão preto, filé de frango grelhado, purê de batata	Arroz e feijão carioca, macarrão cabelo de anjo com molho de	Arroz e feijão preto, tiras de carne de porco com gengibre (peq.	Arroz e feijão carioca, frango assado, quirera cremosa, salada de almeirão e cenoura, melão.	Arroz e feijão preto, bife grelhado, batata dorê, salada de alface e tomate, manga.

10 meses	salsa, salada de rúcula e couve flor, maçã.	tomate e carne moída, salada de alface e vagem, ponkan.	quantidade) e tofu, salada de escarola e pepino, mamão.		
LANCHE A PARTIR DE 6 MESES	Melão	Manga Palmer	Maçã	Mamão papaia	Salada de frutas macias
LANCHE A PARTIR DE 12 MESES	Melão, bolo mesclado, sem açúcar, com aveia, cacau e açúcar de coco.	Manga, pão de queijo fake.	Maçã, panquecas de banana com aveia e cacau (sem açúcar)	Mamão, pizza de queijo, tomate e orégano.	Salada de frutas, bolinho de chuva com banana, aveia e açúcar de coco.
	SEG 14.07	TER 15.07	QUA 16.07	QUI 17.07	SEX 18.07
RECESSO ESCOLAR					
	SEG 21.07	TER 22.07	QUA 23.07	QUI 24.07	SEX 25.07
ALMOÇO A partir de 6 m	RECESSO ESCOLAR		Papinha de mandioca, cenoura, chuchu e frango desfiado.	Papinha de batata salsa, lentilha, berinjela (sem casca) e carne moída.	Papinha de macarrão cabelo de anjo, abobrinha, cenoura e carne desfiada.
ALMOÇO a partir 10 meses			Arroz e feijão preto, karaague, bolinho de arroz com legumes (assado), salada de alface e rabanete, mamão.	Arroz e lentilha, quibe assado, repolho refogado, salada de alface americana e berinjela, manga.	Arroz e feijão preto, picadinho com ervilhas, parafuso colorido, salada de agrião e beterraba, laranja
LANCHE A partir de 6 m			Banana prata	Maçã	Mamão papaia
LANCHE A partir de 12 m			Banana, biscoito de polvilho.	Maçã , pão caseiro com creme de ricota.	Mamão, canjica (com açúcar de coco).
	SEG 28.07	TER 29.07	QUA 30.07	QUI 31.07	
ALMOÇO A partir de 6 m	Papinha de inhame, chuchu, cenoura e frango desfiado.	Papinha de polenta mole, tomate, abobrinha e carne moída.	Papinha de batata, cenoura, brócolis e carne desfiada.	Papinha de batata salsa, abobrinha, chuchu e ovos mexidos.	
ALMOÇO A	Arroz e feijão preto, tiras de frango ao molho, batata cozida,	Arroz integral e feijão carioca, carne moída com molho de	Arroz e feijão preto, carne cozida com batata e cenoura , brócolis	Arroz e feijão carioca, ovos mexidos, abobrinha com milho,	

PARTIR DE 10 M	picada e temperada , salada de rúcula e tomate, manga.	tomate, polenta cremosa, salada de alface e abobrinha, melão.	refogados, salada de almeirão e cenoura, ponkan.	salada de escarola e chuchu, mamão.	
LANCHE A partir de 6 m	Mamão papaia	Banana prata	Maçã	Manga palmer	
LANCHE A partir de 12 m	Mamão, pão enrolado com peito de peru.	Banana, cupcake de cenoura com cacau, sem açúcar, com aveia e açúcar de coco.	Pão caseiro com manteiga.	Manga, panquecas com 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.