



CARDÁPIO DE MAIO - BERÇÁRIO



| JUNSHIN | SEG 02.05.22 | TER 03.05.22 | QUA 04.05.22 | QUI 05.05.22 | SEX 06.05.22 |
|--------------------------------------|--|--|--|---|--|
| ALMOÇO A partir de 6 meses | Inhame, abobrinha, cenoura e carne | Beterraba, batata, couve e frango | Brócolis, couve-flor, batata doce e carne | Batata, vagem, cenoura e frango | Couve-flor, abóbora, batata doce e peixe |
| ALMOÇO a partir 10 meses | Arroz, feijão, omelete, abobrinha refogada, salada cenoura | Arroz integral, feijão, bisteca grelhada, couve refogada, salada beterraba | Arroz, feijão, yakissoba, salada alface americana | Arroz, feijão, tiras frango ao molho, purê de batata, salada de vagem | Arroz, feijão, peixe c/ aveia assado, kabotchá cozido, salada couve-flor |
| LANCHE A partir de 6 m | Uva sem semente | Manga | Banana prata | melão | Maçã |
| LANCHE A partir 12 m | Uva sem semente, pão de queijo | Manga, milho cozido | Banana prata, pão semi integral c/ cream cheese | Melão, bolo de cenoura | Maçã, esfiha de carne |
| | SEG 09.05.22 | TER 10.05.22 | QUA 11.05.22 | QUI 12.05.22 | SEX 13.05.22 |
| ALMOÇO A partir de 6 meses | Macarrão cabelinho anjo, ervilha, cenoura e frango | Milho, mandioquinha, chuchu e carne | Batata doce, couve-flor, cenoura e frango | Batata, brócolis, abóbora e carne | Mandioca, acelga, cenoura e frango |
| ALMOÇO A partir 10 meses | Arroz, feijão, picadinho c/ ervilhas, espaguete alho e óleo, salada rabanete | Arroz integral, feijão, quibe de forno, creme de milho, salada tomate | Arroz, feijão, peito frango c/ ervas, couve-flor gratinada, salada cenoura | Arroz, feijão, tirinhas carne grelhada, batata palito assada, salada brócolis | Arroz, feijão, frango assado, acelga refogada, salada pepino |
| LANCHE A partir de 6 m | Banana prata | Ponkan | caqui | maçã | Manga |
| LANCHE A partir 12 m | Banana prata, biscoito polvilho | Ponkan, pão de abóbora c/ requeijão | Caqui, queijo quente | Maçã, muffin de banana | Manga, tortinha de legumes |
| | SEG 16.05.22 | TER 17.05.22 | QUA 18.05.22 | QUI 19.05.22 | SEX 20.05.22 |
| ALMOÇO A partir de 6 meses | Macarrão, beterraba, espinafre e gema do ovo | Milho, brócolis, chuchu e frango | Inhame, tofu, cenoura e carne | Polenta, vagem, abobrinha e frango | Batata, chuchu, couve-flor e peixe |
| ALMOÇO A partir 10 meses | Arroz, feijão, ovo mexido, gravatinha ao sugo, salada beterraba | Arroz integral, feijão, frango desfiado c/ milho, brócolis refogado, salada chuchu | Arroz, feijão, carne moída c/ tofu e cenoura, salada rabanete | Arroz, feijão, carne assada, polenta mole, salada cenoura | Arroz, feijão, peixe grelhado, soufflé de chuchu, salada couve-flor |
| LANCHE A partir de 6 m | Mamão papaia | Banana prata | caqui | melão | Maçã |
| LANCHE A partir 12 m | Mamão papaia, batata doce assada | Banana prata, pão de queijo | Caqui, pão c/ patê de frango | Melão, crepioca | Maçã, pizza queijo, tomate, orégano |

| | SEG 23.05.22 | TER 24.05.22 | QUA 25.05.22 | QUI 26.05.22 | SEX 27.05.22 |
|--------------------------------------|--|---|---|--|---|
| ALMOÇO A partir de 6 meses | Batata doce, couve, abobrinha e mignon suíno | Macarrão, abóbora, ervilha e carne | Batata, cenoura, vagem e frango | Mandioca, brócolis, mandioquinha e carne | Batata, espinafre, cenoura e frango |
| ALMOÇO A partir 10 meses | Arroz, feijão, mignon suíno grelhado, farofa de couve, salada tomate | Arroz integral, feijão, almôndegas ao sugo, espaguete, salada pepino | Arroz, feijão, frango c/ batata e cenoura, repolho refogado, salada vagem | Arroz, feijão, carne de panela, mandioca cozida, salada brócolis | Arroz, feijão, tiras frango grelhado, nhoque de espinafre, salada cenoura |
| LANCHE A partir de 6 m | Banana prata | Caqui | ponkan | manga | Uva sem semente |
| LANCHE A partir 12 m | Banana prata, cupcake cenoura c/ cacau | Mamão papaia, pãozinho batata c/ creme ricota | Ponkan, pastel assado carne | Manga, torradinha c/ azeite e ervas | Uva sem semente, panqueca |
| | SEG 30.05.22 | TER 31.05.22 | QUA | QUI | SEX |
| ALMOÇO A partir de 6 meses | Macarrão, beterraba, cenoura e carne | Batata doce, acelga, couve-flor e frango | | | |
| ALMOÇO A partir 10 meses | Arroz, feijão, ovos cozidos, macarrão alho e óleo, salada beterraba | Arroz integral, feijão, frango ensopado, acelga refogada, salada couve-flor | | | |
| LANCHE A partir de 6 m | Banana prata | Caqui | | | |
| LANCHE A partir 12 m | Banana prata, pizza de milho | Caqui, pãozinho colorido (espinafre, cenoura, ricota) | | | |

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.