



# CARDÁPIO DE FEVEREIRO - BERÇÁRIO



JUNSHIN	SEG	TER 01.02.22	QUA 02.02.22	QUI 03.02.22	SEX 04.02.22
<b>ALMOÇO</b> A partir de 6 meses		Mandioca, couve-flor, abóbora e carne	Batata, cenoura, mandioquinha e frango	Batata doce, abobrinha, beterraba e carne	Inhame, vagem, cenoura e frango
<b>ALMOÇO</b> a partir 10 meses		Arroz integral, feijão, picadinho c/ milho, mandioca cozida, salada de couve-flor	Arroz, feijão, frango grelhado, repolho refogado, salada de tomate	Arroz, feijão, almôndegas com aveia, espaguete alho e óleo, salada de pepino	Arroz, feijão, frango assado, purê de batata, salada de vagem
<b>LANCHE</b> A partir de 6 m		melancia	manga	Banana prata	maçã
<b>LANCHE</b> A partir 12 m		Pão de queijo c/ chia, melancia	Cupcake cenoura e cacau, manga	Pão integral c/ requeijão, banana prata	Milho cozido, maçã
	SEG 07.02.22	TER 08.02.22	QUA 09.02.22	QUI 10.02.22	SEX 11.02.22
<b>ALMOÇO</b> A partir de 6 meses	Batata doce, couve, cenoura e frango	Polenta cremosa, abobrinha, ervilha e carne	Batata, cenoura, couve-flor, espinafre e frango	Batata doce, chuchu, abóbora e carne	Inhame, abobrinha, mandioquinha e frango
<b>ALMOÇO</b> A partir 10 meses	Arroz, feijão, omelete de forno, couve refogada, salada de tomate	Arroz integral, feijão, quibe assado, polenta cremosa, salada repolho roxo e cenoura	Arroz, feijão, frango c/ batata e cenoura, couve-flor, salada beterraba	Arroz, feijão, bife acebolado, batata doce cozida, salada de chuchu	Arroz, feijão, peixe à milanesa assado, abobrinha refogada, salada de pepino
<b>LANCHE</b> A partir de 6 m	Banana prata	Mamão papaia	manga	Maçã	Uva sem semente
<b>LANCHE</b> A partir 12 m	banana, pão de queijo	mamão, bolo de banana	manga, pãozinho de abóbora c/ cream cheese	Maçã, crepioca	Uva sem semente, milho cozido
	SEG 14.02.22	TER 15.02.22	QUA 16.02.22	QUI 17.02.22	SEX 18.02.22
<b>ALMOÇO</b> A partir de 6 meses	Batata, beterraba, vagem e carne	Macarrão cabelinho de anjo, acelga, abobrinha e frango	tofu, cenoura, quiabo e carne	Milho, escarola, abóbora e frango	Batata doce, berinjela, cenoura e carne
<b>ALMOÇO</b> A partir 10 meses	Arroz, feijão, picadinho de carne, batata corada, salada beterraba	Arroz integral, feijão, tiras frango grelhado, gravatinha ao sugo, salada pepino	Arroz, feijão, mabodoufu (carne moída, tofu e cenoura), bolinho arroz assado, salada quiabo	Arroz, feijão, bisteca grelhada, viradinho de milho, salada tomate	Arroz, feijão, carne moída com berinjela e tomate, batata doce salada cenoura
<b>LANCHE</b> A partir de 6 m	melancia	Manga	Maçã	Mamão papaia	Banana prata
<b>LANCHE</b> A partir 12 m	melancia, pãozinho de batata	manga, tortinha legumes	maçã, pizza integral c/ queijo, tomate, manjericão	Mamão papaia, bolo caseirinho	Banana prata, pãozinho com patê de frango

	SEG 21.02.22	TER 22.02.22	QUA 23.02.22	QUI 24.02.22	SEX 25.02.22
<b>ALMOÇO</b> A partir de 6 meses	Abóbora, chuchu, espinafre, inhame e frango	Batata, mandioquinha, vagem e carne	beterraba, Brócolis, couve-flor, acelga e carne	Batata doce, quiabo, cenoura e frango	Batata, abobrinha, ervilha e carne
<b>ALMOÇO</b> A partir 10 meses	Arroz, feijão, ovos cozidos, kabotchá assado, salada tomate	Arroz, feijão, carne de panela, purê misto (batata, mandioquinha) salada pepino	Arroz, feijão, macarrão com brócolis, couve-flor, cenoura e carne, salada beterraba	Arroz, feijão, fricassê frango, quiabo refogado, salada cenoura	Arroz, feijão, peixe assado, abobrinha, ervilha e cenoura, salada tomate
<b>LANCHE</b> A partir de 6 m	Melancia	Mamão papaia	Abacate + banana	Maçã	Uva roxa sem semente
<b>LANCHE</b> A partir 12 m	melancia, sanduiche natural	Mamão papaia, muffin de banana	Abacate+ banana, milho cozido	maçã, pão de batata doce e chia	Uva roxa sem semente, biscoito de polvilho

**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.