



CARDÁPIO DE JANEIRO - BERÇÁRIO



JUNSHIN	SEG 15.01.24	TER 16.01.24	QUA 17.01.24	QUI 18.01.24	SEX 19.01.24
LANCHE A partir de 6 m	Mamão papaia	Ameixa	Banana prata	Melão	Manga
LANCHE A partir 12 meses	Mamão papaia, biscoito de polvilho	Ameixa, mingau de aveia	Banana prata, pão semi integral c/ manteiga	Melão, muffin de banana	Manga, crepioca
ALMOÇO A partir de 6 m	Papinha de batata, chuchu, abóbora e carne	Papinha de arroz integral, beterraba, agrião, cenoura e frango	Papinha mandioca, brócolis, couve-flor e carne	Papinha de fubá, abobrinha, mandioquinha e carne	Papinha de batata, grão de bico, vagem, cenoura e peixe
ALMOÇO a partir 10 meses	Arroz, feijão preto, picadinho, batata sauté, salada de alface roxa e chuchu, melancia	Arroz integral, feijão carioca, frango assado, farofa colorida, salada agrião e beterraba, manga	Arroz, feijão preto, tirinhas de carne, brócolis, couve-flor e acelga refogados, salada de alface e pepino, pêssego	Arroz, feijão carioca, almôndegas, polenta mole, salada de alface e tomate, maçã	Arroz, feijão preto, peixe assado, jardineira legumes, salada verde e grão de bico, laranja
LANCHE A partir de 6 m	Banana prata	Melão	Laranja	Mamão papaia	Uva sem semente
LANCHE A partir 12 meses	Banana prata, milho cozido	Melão, pão de queijo	Laranja, batata doce assada	Mamão papaia, pizza marguerita	Uva sem semente, inhame de morango
	SEG 22.01.24	TER 23.01.24	QUA 24.01.24	QUI 25.01.24	SEX 26.01.24
LANCHE A partir de 6 m	Banana prata	Melancia	Melão	Mamão papaia	Ameixa
LANCHE A partir 12 meses	Banana prata, panqueca de aveia	Melancia, crepioca	Melão, pão caseiro c/ geléia de frutas caseira	Mamão papaia, biscoito de polvilho	Ameixa, pão de batata c/ requeijão
ALMOÇO A partir de 6 m	Papinha de macarrão, abobrinha, tomate e carne	Papinha de batata doce, abóbora, repolho, cenoura e carne suína	Papinha de batata, brócolis, acelga, beterraba e frango	Papinha de mandioquinha, chuchu, cenoura, espinafre e carne	Papinha de mandioca, abobrinha, vagem e frango
ALMOÇO a partir 10 meses	Arroz, feijão preto, espaguete à bolonhesa, salada de alface e abobrinha, melancia	Arroz integral, feijão carioca, escalopinho suíno, kobotchá cozido, salada repolho e cenoura, pêssego	Arroz, feijão preto, frango cozido, brócolis refogado, salada acelga e beterraba, maçã	Arroz, feijão carioca, carne de panela, purê de mandioquinha, salada alface roxa e chuchu, manga	Arroz, feijão preto, frango grelhado, nhoque ao sugo, salada verde e tomate, melão
LANCHE A partir de 6 m	Mamão papaia	Kiwi	Maçã	Banana prata	Salada de frutas
LANCHE A partir 12 meses	Mamão papaia, pão c/ queijo	Kiwi, bolo de banana	Maçã, esfiha de carne	Banana prata, milho cozido	Salada de frutas, sorvete caseiro (Banana +Manga)

	SEG 29.01.24	TER 30.01.24	QUA 31.01.24	QUI	SEX
ALMOÇO A partir de 6 meses	Papinha de batata, abobrinha, cenoura e ovo	Papinha de arroz integral, abóbora, quiabo, chuchu e carne	Papinha de batata doce, couve-flor, mandioquinha e frango		
ALMOÇO A partir 10 meses	Arroz, feijão preto, ovos mexidos, abobrinha refogada, salada alface e tomate, melancia	Arroz, feijão carioca, tirinhas carne, creme de milho, salada escarola e quiabo, manga	Arroz, feijão preto, carne moída c/ cenoura e tofu, couve-flor refogada, salada de repolho e pepino, melão		
LANCHE A partir de 6 m	Uva sem semente	Banana prata	Mamão papaia		
LANCHE A partir 12 m	Uva sem semente, panqueca de abóbora	Banana prata, pão de queijo	Mamão papaia, 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.