



JUNSHIN



## CARDÁPIO DE JULHO - BERÇÁRIO



	SEG 01.07	TER 02.07	QUA 03.07	QUI 04.07	SEX 05.07
<b>ALMOÇO</b> A partir de 6 m	Papinha de polenta mole com chuchu, abobrinha e frango desfiado.	Papinha de mandioca com vagem, abobora e carne desfiada.	Papinha de batata doce com couve flor, cenoura e carne moída.	Papinha de batata misto com brócolis, chuchu e frango desfiado.	Papinha de batata, abobrinha, chuchu carne de porco desfiada.
<b>ALMOÇO</b> a partir 10 meses	Arroz e feijão preto, frango ao molho, polenta, escarola refogada e chuchu, ponkan	Arroz integral e feijão carioca, carne de panela com mandioca, salada de rúcula e vagem, maçã.	Arroz e feijão preto, carne moída com cenoura, couve flor refogada, salada de acelga e beterraba, manga.	Arroz e feijão carioca, peito de frango grelhado, purê de batata misto, salada de alface e brócolis, mamão.	Arroz e feijão preto, pernil de porco ao molho, farofa de couve, salada de alface e tomate, laranja.
<b>LANCHE</b> A partir de 6 m	Maçã argentina	Caqui	Melão	Manga palmer	Banana
<b>LANCHE</b> A partir 12 meses	Maçã, panqueca de banana com cacau e canela.	Caqui, pão de queijo.	Melão, bolo de laranja ( sem açúcar).	Manga, esfiha de carne.	Banana, biscoito de polvilho.
	SEG 08.07	TER 09.07	QUA 10.07	QUI 11.07	SEX 12.07
<b>LANCHE</b> A PARTIR DE 6 MESES	Melão	Maçã	Banana prata	Laranja lima	Mamão papaia
<b>LANCHE</b> A PARTIR DE 12 MESES	Melão, pão enrolado com queijo.	Maçã, bolo mármore ( sem açúcar).	Banana, pão semi integral com requeijão.	Laranja, muffin de banana ( sem açúcar)	Mamão, pão com creme de ricota
<b>ALMOÇO</b> A PARTIR DE 10 MESES	Arroz e feijão preto, frango assado, creme de milho, salada de almeirão e tomate, mamão.	Arroz integral e feijão carioca, omelete de forno com espinafre, jardineira de legumes, salada de alface americana e pepino, banana.	Arroz e feijão preto, tiras de carne grelhadas, salada de chicória e rabanete, manga.	Arroz e feijão carioca, carne moída refogada (colorida), macarrão alho e óleo, salada de alface e berinjela, maçã.	Arroz e feijão preto, peixe empanado com aveia (assado), batata sauté, salada verde e tomate, laranja.
<b>LANCHE</b> A PATRIR DE 6 MESES	Maçã argentina	Ponkan	Caqui	Melão	Banana prata

<b>LANCHE A PARTIR DE 12 MESES</b>	Maçã, cupcake de cenoura com cacau. ( sem açúcar)	Ponkan, mini hamburguer.	Caqui, bolo de cacau ( sem açúcar)	Melão, crepioca.	Banana, batata doce.
	<b>SEG 15.07</b>	<b>TER 16.07</b>	<b>QUA 17.07</b>	<b>QUI 18.07</b>	<b>SEX 19.07</b>
<b>LANCHE A PARTIR DE 6 M</b>	Mamão papaia	Laranja lima	Maçã argentina	Banana prata	Melão
<b>LANCHE A PARTIR DE 12 M</b>	Mamão, torta de frango	Laranja, bolo de maçã.	Maçã, biscoito de polvilho.	Banana, pão com cream cheese.	Melão, bolo do Hulk.
<b>ALMOÇO A PARTIR DE 10 M</b>	Arroz e feijão preto, carne de porco com molho, quibebe de abobora, salada de couve e abobrinha, melão.	Arroz integral e feijão carioca, bife grelhado, batata doce corada, salada de agrião e beterraba, caqui.	Arroz e feijão preto, tiras de frango grelhadas, brócolis refogados, salada de acelga e cenoura, ponkan.	Arroz e feijão carioca, coxa e sobrecoxa ao molho, nhoque, salada de alface, couve flor, manga.	Arroz e feijão preto, macarrão à bolonhesa, salada de repolho roxo e vagem, mamão.
<b>LANCHE A PARTIR DE 6 M</b>	Banana prata	Uva sem semente	Pêra	Maçã argentina	
<b>LANCHE A PARTIR DE 12 M</b>	Banana, milho cozido	Uva sem semente, biscoito de coco ( sem açúcar).	Pastel assado de carne, docinho saudável (culinária)	Maçã, bolo de fubá.	Manga, bisnaguinha de cenoura com manteiga.
	<b>SEG 22.07</b>	<b>TER 23.07</b>	<b>QUA 24.07</b>	<b>QUI 25.07</b>	<b>SEX 26.07</b>
	<b>RECESSO</b>				
	<b>SEG 29.07</b>	<b>TER 30.07</b>	<b>QUA 31.07</b>		
	Papinha de batata com cenoura, chuchu e frango.	Papinha de batata salsa, vagem, abobrinha, carne.	Papinha de batata doce com brócolis, couve flor e frango.		
<b>ALMOÇO A PARTIR DE 10 M</b>	Arroz e feijão preto, frango com molho, batata dorê, salada de alface e tomate, ponkan.	Arroz integral e feijão carioca, picadinho de carne, farofa colorida, salada de rúcula e pepino, maçã.	Arroz e feijão preto, macarrão cabelo de anjo com frango, cenoura, brócolis e couve flor, salada de repolho e chuchu, melancia.		
<b>LANCHE A PARTIR DE 6 M</b>	Mamão papaia	Manga Palmer	Laranja lima		

<b>LANCHE A PARTIR DE 12 M</b>	Mamão, bolo de chocolate ( sem açúcar)	Manga, pizza de milho.	Laranja, panqueca de aveia com geleia de morango (sem açúcar)		
--	---	------------------------	--	--	--

**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.