



CARDÁPIO DE DEZEMBRO - BERÇÁRIO



JUNSHIN	SEG	TER	QUA	QUI	SEX 01.12.23
ALMOÇO A partir de 6 meses					Papinha mandioca, brócolis, mandioquinha e carne
ALMOÇO a partir 10 meses					Arroz, feijão preto, hamburguinho assado, mandioquinha e brócolis sauté, salada verde e tomate, pêssego
LANCHE A partir de 6 m					Banana prata
LANCHE A partir 12 m					Banana prata, pão de abóbora c/ creme de ricota
	SEG 04.12.23	TER 05.12.23	QUA 06.12.23	QUI 07.12.23	SEX 08.12.23
ALMOÇO A partir de 6 meses	Papinha batata, chuchu, cenoura e frango	Papinha batata doce, abobrinha, beterraba, milho e carne	Papinha inhame, couve-flor, mandioquinha e frango	Papinha mandioca, abóbora, vagem e carne	Papinha batata, chuchu, cenoura e peixe
ALMOÇO a partir 10 meses	Arroz, feijão preto, frango cozido c/ tomate, batata sauté, salada rúcula e vagem, melancia	Arroz integral, feijão carioca, tirinhas carne, abobrinha c/ milho, salada alface e beterraba, pêssego	Arroz, feijão preto, frango grelhado, repolho refogado, salada alface roxa e couve-flor, mamão	Arroz, feijão carioca, picadinho c/ vagem, farofa colorida, salada acelga e cenoura, maçã	Arroz, feijão preto, peixe c/ aveia assado, jardineira legumes, salada verde e tomate, manga
LANCHE A partir de 6 m	Banana prata	Manga	Fruta	Pêssego	Uva sem semente
LANCHE A partir 12 m	Banana prata, pizza marguerita	Manga, biscoito polvilho	Fruta, pão semi integral c/ requeijão	Melão, batata doce cozida	Uva sem semente, pastel assado carne
	SEG 11.12.23	TER 12.12.23	QUA 13.12.23	QUI 14.12.23	SEX 15.12.23
LANCHE A partir de 6 m	Banana prata	Pêssego	Melão	Mamão papaia	Manga
LANCHE A partir 12 meses	Banana prata, biscoito polvilho	Pêssego, crepioca	Melão, pão c/ creme ricota	Mamão papaia, inhaminho manga	Manga, bisnaguinha cenoura c/ requeijão
ALMOÇO A partir de 6 m	Papinha macarrão, brócolis, cenoura e carne	Papinha batata, abóbora, chuchu e escalopinho suíno	Papinha mandioca, cenoura, abobrinha e frango	Papinha batata doce, mandioquinha, vagem e carne	Papinha batata, ervilha, cenoura e frango
ALMOÇO a partir 10 meses	Arroz, feijão preto, macarrão à bolonhesa, salada alface e brócolis, melancia	Arroz integral, feijão carioca, escalopinho suíno, kabotchá assado, salada repolho roxo e chuchu, manga	Arroz, feijão preto, tirinhas carne grelhada, omelete, salada cenoura e pepino, maçã	Arroz, feijão carioca, carne de panela, creme de milho, salada alface americana e vagem, pêssego	Arroz, feijão preto, filé frango grelhado c/ ervas, batata corada, salada verde e tomate, melão

LANCHE A partir de 6 m	Ameixa	Mamão papaia	Banana prata	Laranja	Salada de frutas
LANCHE A partir 12 m	Ameixa, pão de queijo	Mamão papaia, bolo de cacau	Banana prata, milho cozido	Laranja, hamburguinho	Salada de frutas, sorvete caseiro (banana + morango)
	SEG	TER	QUA	QUI	SEX
ALMOÇO A partir de 6 meses					
ALMOÇO A partir 10 meses					
LANCHE A partir de 6 m					
LANCHE A partir 12 m					

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.