



JUNSHIN



## CARDÁPIO DE AGOSTO - BERÇÁRIO



				QUI 01.08	SEX 02.08
<b>ALMOÇO</b> A partir de 6 m				Papinha de inhame, chuchu, abobrinha e ovos.	Papinha de mandioca, cenoura, berinjela e carne.
<b>ALMOÇO</b> a partir 10 meses				Arroz e feijão carioca, ovos mexidos, abobrinha refogada, salada de alface e chuchu, mamão.	Arroz e feijão preto, bife grelhado, purê de cenoura, salada de escarola e berinjela, melão
<b>LANCHE</b> A partir de 6 m				Banana prata	Salada de frutas macias (mamão, manga, banana)
<b>LANCHE</b> A partir 12 meses				Banana, pão caseiro com cream cheese.	Salada de frutas macias, bolo de beterraba (sem açúcar).
	SEG 05.08	TER 06.08	QUA 07.08	QUI 08.08	SEX 09.08
<b>ALMOÇO</b> A partir de 6 m	Papinha de quirera, tomate, abobrinha e frango desfiado.	Papinha de batata salsa, ervilha, chuchu e carne suína.	Papinha de batata, abobrinha, cenoura e frango.	Papinha de inhame, abóbora, couve flor e carne.	Papinha de macarrão cabelo de anjo, molho de tomate natural, beterraba e carne moída.
<b>ALMOÇO</b> a partir 10 meses	Arroz e feijão preto, sobrecoxa ao molho, quirera cremosa, salada de agrião e tomate, banana.	Arroz integral e feijão carioca, bisteca grelhada, couve refogada, salada de alface roxa e chuchu, abacaxi.	Arroz e feijão preto, peito de frango com batata e cenoura, brócolis refogado, salada de acelga e abobrinha, mamão.	Arroz e feijão carioca, cozido de carne com cabotiá, salada de almeirão e couve flor, maçã.	Arroz e feijão preto, macarrão cabelo de anjo com carne moída, salada de alface e beterraba, laranja.
<b>LANCHE</b> A partir de 6 m	Melão	Maçã argentina	Uva (sem sementes)	Manga palmer	Mamão papaia
<b>LANCHE</b> A partir 12 meses	Melão, bolo de cenoura (sem açúcar).	Maçã, pão de queijo	Uva, panqueca de banana com cacau	Manga, pão caseiro com patê de ricota com ovos	Mamão, bolo de fubá (sem açúcar)
	SEG 12.08	TER 13.08	QUA 14.08	QUI 15.08	SEX 16.08
<b>ALMOÇO</b> A partir de 6 meses	Papinha de batata, cenoura, vagem e carne desfiada.	Papinha de batata doce, chuchu, abobrinha e frango	Papinha de inhame, cenoura, brócolis e carne de porco.	Papinha de batata salsa, chuchu, tomate e carne moída.	Papinha de batata, cenoura, chuchu, vagem e peixe desfiado.

<b>ALMOÇO</b> A partir 10 meses	Arroz e feijão preto, bife grelhado com cenouras, purê de batatas, salada de rúcula e vagem, melancia.	Arroz integral e feijão carioca, peito de frango grelhado, creme de milho, salada de escarola e pepino, banana.	Arroz e feijão preto, tiras de carne de porco ao molho, repolho refogado, salada de alface e cenoura, melão.	Arroz e feijão carioca, carne moída com grão de bico, chuchu e mandioquinha, salada de alface e tomate, manga.	Arroz e feijão preto, filé de peixe grelhado, jardineira de legumes, salada de chicória e grão de bico, mamão.
<b>LANCHE</b> A partir de 6 m	Manga palmer	Maçã argentina.	Mamão papaia	Laranja lima	Banana prata
<b>LANCHE</b> A partir 12 m	Manga, tortinha de maçã ( sem açúcar)	Maçã, omelete de forno com espinafre e queijo.	Mamão, bolo de laranja ( sem açúcar).	Laranja, pãozinho de batata com requeijão.	Banana, panqueca de maçã, canela e cacau.
	<b>SEG 19.08</b>	<b>TER 20.08</b>	<b>QUA 21.08</b>	<b>QUI 22.08</b>	<b>SEX 23.08</b>
<b>ALMOÇO</b> A partir de 6 meses	Papinha de batata, cenoura, tomate e carne moída.	Papinha de batata doce, chuchu, abobrinha e frango.	Papinha de batata salsa, couve flor, brócolis e carne.	Papinha de mandioca, abóbora, abobrinha e ovos mexidos.	Papinha de batata, cenoura, vagem e frango
<b>ALMOÇO</b> A partir 10 meses	Arroz e feijão preto, carne moída com batata e tomate salada de alface americana e berinjela, laranja.	Arroz integral e feijão carioca, frango com quiabo, batata doce assada, salada de couve e chuchu, abacaxi.	Arroz e feijão preto, tiras de carne com broto de feijão e tofu, salada de almeirão e pepino, manga.	Arroz e feijão carioca, ovos mexidos, farofa colorida, salada de alface lisa e abobrinha, mamão.	Arroz e feijão preto, frango desfiado ao molho com batata, salada de alface e tomate, maçã.
<b>LANCHE</b> A partir de 6 m	Mamão papaia	Maçã argentina	Banana prata	Manga palmer	Melão
<b>LANCHE</b> A partir 12 m	Mamão, biscoito de polvilho.	Maçã, bisnaguinha de cenoura.	Banana, bolo mesclado (sem açúcar).	Manga, torta salgada de frango com legumes.	Melão, biscoito de coco ( sem açúcar).
	<b>SEG 26.08</b>	<b>TER 27.08</b>	<b>QUA 28.08</b>	<b>QUI 29.08</b>	<b>SEX 30.08</b>
<b>ALMOÇO</b> A partir de 6 meses	Papinha de inhame, beterraba, chuchu e carne.	Papinha de batata doce , abóbora, chuchu e carne suína.	Papinha de batata salsa, cenoura, couve flor e carne moída.	Papinha de batata, brócolis, vagem e frango.	Papinha de mandioca, abobrinha tomate, carne.
<b>ALMOÇO</b> A partir 10 meses	Arroz e feijão preto, picadinho de carne com ervilhas, purê de inhame, salada de agrião e beterraba, manga.	Arroz integral e feijão carioca, lombo de porco grelhado, farofa de milho com couve e ovos, salada de repolho e abóbora, laranja.	Arroz e feijão preto, carne moída com cenoura e tofu, couve flor refogada, salada de acelga e vagem, maçã.	Arroz e feijão carioca, frango assado, macarrão ao sugo, salada de escarola e brócolis, abacaxi.	Arroz e feijão preto, carne assada, mandioca cozida, salada de alface e tomate, mamão.
<b>LANCHE</b> A partir de 6 m	Mamão papaia	Banana prata	Melão	Manga palmer	Maçã argentina

<b>LANCHE</b> A partir 12 m	Mamão, bolo do Hulk ( sem açúcar)	Banana, pão enrolado com queijo.	Melão, panqueca de banana com cacau.	Manga, pizza de queijo com tomate e manjerição.	Maçã, bolo de banana ( 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.