



CARDÁPIO DE JANEIRO - BERÇÁRIO



JUNSHIN	SEG	TER	QUA	QUI	SEX
ALMOÇO A partir de 6 meses					
ALMOÇO a partir 10 meses					
LANCHE tarde A partir de 6 m					
LANCHE tarde A partir 12 m					
	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					
	SEG 23.01.23	TER 24.01.23	QUA 25.01.23	QUI 26.01.23	SEX 27.01.23
LANCHE A partir de 6 m	Mamão papaia	Banana prata	melão	manga	Kiwi
LANCHE A partir 12 m	Mamão papaia, biscoito polvilho	Banana prata, bolo cenoura	Melão, crepioca	Manga, panqueca banana	Kiwi, bisnaguinha abóbora
ALMOÇO A partir de 6 meses	Papinha inhame, cenoura, chuchu e carne	Papinha batata doce, beterraba, repolho e frango	Papinha batata, cenoura, brócolis, couve-flor e carne	Papinha, batata salsa, abobrinha, cenoura e peixe	Papinha batata, berinjela, vagem e carne

ALMOÇO A partir 10 meses	Arroz, feijão preto, ensopadinho carne, legumes refogados, salada alface	Arroz integral, feijão carioca, tirinhas frango, batata doce corada, salada beterraba	Arroz, feijão preto, macarrão c/ carne e legumes, salada tomate	Arroz, feijão carioca, peixe grelhado, abobrinha, cenoura, batata salsa, salada pepino	Arroz, feijão preto, carne moída c/ molho, vagem refogada, salada berinjela
LANCHE A partir de 6 m	melancia	maçã	Uva sem semente	pêssego	Banana prata
LANCHE A partir 12 m	Melancia, queijo quente	Maçã, pãozinho batata baroa c/ chia	Uva sem semente, brownie beterraba c/ cacau 100%	Pêssego, pizza de milho	Banana prata, pão de queijo
	SEG 30.01.23	TER 31.01.23	QUA	QUI	SEX
LANCHE A partir de 6 m	Banana prata	Melão			
LANCHE A partir 12 m	Banana prata, pão c/ cream cheese	Melão, crepioca			
ALMOÇO A partir de 6 meses	Papinha batata, cenoura, abobrinha e carne	Papinha batata doce, chuchu, mandioquinha e frango			
ALMOÇO A partir 10 meses	Arroz, feijão preto, carne de panela, espaguete, salada cenoura	Arroz integral, feijão carioca, frango assado, milho refogado c/ tomate, salada alfade			
LANCHE A partir de 6 m	melancia	Manga			
LANCHE A partir 12 m	Melancia, panqueca de abóbora	Manga, pão de queijo			

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.