



## CARDÁPIO DE MAIO - BERÇÁRIO



JUNSHIN			QUA 01.05	QUI 02.05	SEX 03. 05
<b>ALMOÇO</b> A partir de 6 m			<b>FERIADO</b>	Papinha de batata, abobrinha, cenoura e frango desfiado.	Papinha de batata, brócolis, chuchu e carne desfiada.
<b>ALMOÇO</b> a partir 10 meses				Arroz e feijão carioca, frango assado, macarrão, salada de agrião e abobrinha, laranja.	Arroz e feijão preto, tiras de carne grelhada, batata sauté, salada de alface roxa e tomate, mamão.
<b>LANCHE</b> A partir de 6 m				Uva sem semente	Manga, pão semi integral com creme de ricota.
<b>LANCHE</b> A partir 12 meses				Uva sem semente, panqueca de cacau.	Canja
	<b>SEG 06.05</b>	<b>TER 07.05</b>	<b>QUA 08.05</b>	<b>QUI 09.05</b>	<b>SEX 10.05</b>
<b>ALMOÇO</b> A partir de 6 m	Papinha de mandioca, chuchu, abóbora paulista e carne desfiada.	Papinha de batata salsa, abobrinha, couve flor e carne moída.	Papinha de batata, cenoura, chuchu e carne de porco desfiada.	Papinha de inhame, cenoura, brócolis e carne desfiada.	Papinha de batata doce, vagem, chuchu e frango.
<b>ALMOÇO</b> a partir 10 meses	Arroz e feijão preto, picadinho com milho, farofa com ovos, chicória e chuchu, melão.	Arroz integral, feijão carioca, carne moída ao molho, abobrinha refogada, salada de alface e pepino, abacaxi.	Arroz e feijão preto, buta no shogayaki (carne de porco com gengibre), batata cozida, salada de repolho e cenoura, melancia	Arroz e feijão carioca, ovos mexidos, couve refogada, salada de alface e tomate, banana.	Arroz e feijão preto, frango ao molho, polenta, salada de escarola e vagem, laranja.
<b>LANCHE</b> A partir de 6 m	Banana prata	Manga	Ameixa	Maçã argentina	Mamão
<b>LANCHE</b> A partir 12 meses	Banana, pão de batata.	Manga, biscoito de polvilho	Ameixa, pastel assado de queijo.	Maçã, pão de queijo.	Mamão, bolo de laranja ( sem açúcar)
	<b>SEG 13.05</b>	<b>TER 14.05</b>	<b>QUA 15.05</b>	<b>QUI 16.05</b>	<b>SEX 17.05</b>
<b>ALMOÇO</b> A partir de 6 meses	Papinha de mandioca, abobrinha, cenoura e carne moída.	Papinha de batata, abobrinha couve flor e peixe desfiado.	Papinha de batata doce, brócolis, chuchu e carne desfiada.	Papinha de polenta mole com cenoura, abobrinha, vagem e frango desfiado.	Papinha de inhame, abóbora, chuchu e carne de porco desfiada.
<b>ALMOÇO</b> A partir 10 meses	Arroz e feijão preto, hamburguer nutritivo assado,	Arroz integral, feijão carioca, peixe empanado com aveia,	Arroz, feijão preto, tiras de carne com broto de feijão, bolinho de	Arroz e feijão carioca, coxa e sobrecoxa ao molho, polenta	Arroz e feijão preto, bisteca grelhada, purê de kobotchá, salada de repolho roxo e chuchu. Abacaxi.

	mandioca cozida, salada de agrião e cenoura, maçã.	couve flor sauté, salada de rúcula e pepino, manga.	espinafre (assado), salada de acelga e rabanete, ponkan	mole, salada de escarola e vagem, caqui.	
<b>LANCHE</b> A partir de 6 m	Laranja lima	Uva sem semente	Mamão papaia	Maçã argentina	Banana prata
<b>LANCHE</b> A partir 12 m	Laranja, bolo de cenoura ( sem açúcar)	Salada de frutas, pizza de milho.	Mamão, bolo de maçã (sem açúcar).	Maçã, panqueca de abóbora	Banana, pão caseiro com creme de ricota.
	<b>SEG 20.05</b>	<b>TER 21.05</b>	<b>QUA 22.05</b>	<b>QUI 23.05</b>	<b>SEX 24.05</b>
<b>ALMOÇO</b> A partir de 6 meses	Papinha de batata doce, couve-flor, vagem e carne desfiada.	Papinha de batata, chuchu, cenoura e carne desfiada.	Papinha de batata, couve-flor, beterraba e frango desfiado.	Papinha de inhame, abobrinha, berinjela e carne moída com molho.	Papinha de batata salsa, cenoura, vagem e frango desfiado
<b>ALMOÇO</b> A partir 10 meses	Arroz e feijão preto, carne de panela, batata doce cozida, salada de chicória e couve-flor, mamão.	Arroz integral, e feijão carioca, omelete de forno com espinafre, chuchu sauté, salada de alface e cenoura. Banana.	Arroz e feijão preto, tiras de frango grelhadas, repolho refogado, salada de alface americana e beterraba, manga.	Arroz e feijão carioca, almondegas com molho, espaguete, salada de almeirão e berinjela, maçã.	Arroz e feijão preto, frango à parmegiana, seleta de legumes (batata salsa, cenoura, ervilha), salada de alface e tomate, melão.
<b>LANCHE</b> A partir de 6 m	Maçã	Caqui	Banana prata	Melão	Mamão Papaia
<b>LANCHE</b> A partir 12 m	Maçã, esfiha de carne.	Caqui, bolo de fubá (sem açúcar).	Banana, pizza de queijo e orégano.	Melão, bolinho de banana integral ( sem açúcar).	Mamão, biscoito de polvilho.

	<b>SEG 27.05</b>	<b>TER 28.05</b>	<b>QUA 29.05</b>	<b>QUI 30.05</b>	<b>SEX 31.05</b>
<b>ALMOÇO</b> A partir de 6 meses	Papinha de batata, brócolis, abóbora e carne desfiada.	Papinha de batata salsa, abobrinha, chuchu e frango.	Papinha de inhame, cenoura, couve flor, carne moída.	<b>FERIADO</b>	<b>RECESSO</b>
<b>ALMOÇO</b> A partir 10 meses	Arroz e preto, tiras de carne grelhadas, purê de batata salada de agrião e brócolis, maçã	Arroz integral e feijão carioca, frango assado, farofa colorida, salada de rúcula e abobrinha, manga.	Arroz e feijão preto, carne moída com tofu e cenoura, legumes refogados, alface roxa e tomate, melão.		
<b>LANCHE</b> A partir de 6 m	Pêra	Mamão	Maçã argentina		

<b>LANCHE</b> A partir 12 m	Pêra, inhaminho de morango.	Mamão, pão integral com requeijão.	Maçã, muffin 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.