

CARDÁPIO - MÊS DE JANEIRO 2021 | BERÇÁRIO (ACIMA DE 12 MESES)

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA 11/01/2021	TERÇA-FEIRA 12/01/2021	QUARTA-FEIRA 13/01/2021	QUINTA-FEIRA 14/01/2021	SEXTA-FEIRA 15/01/2021
LANCHE DA MANHÃ 9:00	MELÃO, FALSO PÃO DE QUEIJO	MAMÃO COM BANANA E AVEIA	SUCO DE MANGA COM MARACUJÁ, BISCOITO DE ARROZ INTEGRAL	PERA, BISCOITO FUNCIONAL	MANGA, MILHO COZIDO
ALMOÇO 11:00	ARROZ E FEIJÃO ISCA DE FRANGO ESPINAFRE REFOGADO SALADA DE TOMATE	FEIJÃO ALMONDEGAS DE CARNE MACARRÃO A PRIMAVERA (C/ CENOURA, BRÓCOLIS) SALADA DE ALFACE	ARROZ E FEIJÃO FRANGO COZIDO COM MANQUIOQUINHA SALADA DE CHUCHU EM PALITOS	ARROZ FEIJOADINHA FAROFA NUTRITIVA * SALADA DE BETERRABA	ARROZ E FEIJÃO PRETO CARNE COZIDA COM ABOBORA E BATATA DOCE SALADA DE ALFACE COM CEBOLA
13:00	MAMADA	MAMADA	MAMADA	MAMADA	MAMADA
LANCHE DA TARDE 14:30	MAÇÃ, BISCOITO DE ARROZ INTEGRAL	MELANCIA, AIPIM COZIDO	BANANA COM AVEIA	SUCO DE GOIABA, BISCOITO POLVILHO INTEGRAL	MIX DE FRUTAS, TAPIOCA COM BANANA
JANTAR 16:30	CARNE, INHAME, ABÓBORA, ERVILHA FRESCA	OVO, ARROZ, BERINJELA, FEIJÃO	CARNE, FUBÁ, CENOURA, ESPINAFRE	CARNE, MANDIOQUINHA, COUVE FLOR, BRÓCOLIS	CARNE, ARROZ, FEIJÃO, CHUCHU

* Farofa nutritiva: farinha de mandioca, com cebola, salsa, cenoura e espinafre.

Obs: a consistência dos alimentos devem estar de acordo com o desenvolvimento de cada criança, portanto observar a necessidade de adaptação para cada um.

Os sucos devem ser natural de frutas e oferecidos sem açúcar.

CARDÁPIO ELABORADO POR: SARAH LÚCIA DA SILVA CAMPOS - CRN Nº 37281

CARDÁPIO - MÊS DE JANEIRO 2021 | BERÇÁRIO (ACIMA DE 12 MESES)

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA 18/01/2021	TERÇA-FEIRA 19/01/2021	QUARTA-FEIRA 20/01/2021	QUINTA-FEIRA 21/01/2021	SEXTA-FEIRA 22/01/2021
LANCHE DA MANHÃ 9:00	MAÇÃ, BISCOITO POLVILHO INTEGRAL	MELANCIA, BISCOITO DE ARROZ INTEGRAL	MAMÃO COM BANANA COM AVEIA	SUCO DE LARANJA COM MANGA, MUFFIN DE LEGUMES	MELÃO, BISCOITO FUNCIONAL
ALMOÇO 11:00	ARROZ E FEIJÃO FRANGO DESFIADO CREME DE MILHO FRESCO SALADA DE ALFACE CENOURA COZIDA EM PALITOS	ARROZ E FEIJÃO PRETO TIRINHAS DE CARNE ABOBRINHA RALADA SALADA DE REPOLHO ROXO	ARROZ E FEIJÃO OMELETE C/ CENOURA RALADA E SALSA CHUCHU SALADA DE TOMATE CEREJA	ARROZ E FEIJÃO ISCAS DE FRANGO QUIBEBE SALADA DE AGRIÃO	ARROZ FEIJOADINHA FAROFA DE COUVE COM CENOURA RALADA SALADA VINAGRETE
13:00	MAMADA	MAMADA	MAMADA	MAMADA	MAMADA
LANCHE DA TARDE 14:30	MELÃO, FALSO PÃO DE QUEIJO	SUCO DE GOIABA, TAPIOCA COM BANANA	MIX DE FRUTAS, BOLO DE MAÇÃ COM CANELA	ABACATE COM BANANA E AVEIA	MIX DE FRUTAS, BISCOITO DE ARROZ INTEGRAL
JANTAR 16:30	CARNE, BATATA DOCE, ABÓBORA, AGRIÃO	FRANGO, MACARRÃO, CENOURA, COUVE-FLOR	FRANGO, BATATA, REPOLHO ROXO, ERVILHA PARTIDA	CARNE, ARROZ, COUVE, FEIJÃO	CARNE, MANDIOQUINHA, ABÓBORA, BRÓCOLIS

Obs: a consistência dos alimentos devem estar de acordo com o desenvolvimento de cada criança, portanto observar a necessidade de adaptação para cada um.

Os sucos devem ser natural de frutas e oferecidos sem açúcar.

CARDÁPIO ELABORADO POR: SARAH LÚCIA DA SILVA CAMPOS - CRN Nº 37281

CARDÁPIO - MÊS DE JANEIRO 2021 | BERÇÁRIO (ACIMA DE 12 MESES)

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA 25/01/2021	TERÇA-FEIRA 26/01/2021	QUARTA-FEIRA 27/01/2021	QUINTA-FEIRA 28/01/2021	SEXTA-FEIRA 29/01/2021
LANCHE DA MANHÃ 9:00	MAÇÃ, BISCOITO DE ARROZ INTEGRAL	MELANCIA, AIPIM COZIDO	BANANA COM AVEIA	SUCO DE GOIABA, BISCOITO POLVILHO INTEGRAL	MIX DE FRUTAS, TAPIOCA COM BANANA
ALMOÇO 11:00	ARROZ E FEIJÃO FRANGO DESFIADO COM TOMATE ABOBRINHA REFOGADA SALADA DE ALFACE COM CEBOLA	ARROZ E FEIJÃO TIRINHAS DE CARNE ACEBOLADAS COUVE FLOR COM CENOURA REFOGADA SALADA DE PEPINO	ARROZ FEIJOADINHA * COUVE REFOGADA VINAGRETE	ARROZ E FEIJÃO FRANGO ORIENTAL C/ TOMATE, CEBOLA, CENOURA E BRÓCOLIS SALADA DE ALFACE	ARROZ E FEIJÃO PRETO CARNE COZIDA COM ABÓBORA SALADA DE TOMATE
13:00	MAMADA	MAMADA	MAMADA	MAMADA	MAMADA
LANCHE DA TARDE 14:30	MELÃO, FALSO PÃO DE QUEIJO	MAMÃO COM BANANA E AVEIA	SUCO DE MANGA COM MARACUJÁ, BISCOITO DE ARROZ INTEGRAL	PERA, BISCOITO FUNCIONAL	MANGA, MILHO COZIDO
JANTAR 16:30	CARNE, MANDIOCA, ESPINAFRE	OVO, ARROZ, CHUCHU, FEIJÃO PRETO	CARNE, BATATA DOCE, CENOURA	PEIXE, ARROZ, BERINJELA, FEIJÃO	CARNE, FUBÁ, COUVE

Obs: a consistência dos alimentos deve estar de acordo com o desenvolvimento de cada criança, portanto observar a necessidade de adaptação para cada um.
Os sucos devem ser natural de frutas e oferecidos sem açúcar.

CARDÁPIO ELABORADO POR: SARAH LÚCIA DA SILVA CAMPOS - CRN Nº 37281