

Cardápio Dinâmico

Berçário – 2ª fase



Nutricionista Responsável: Carla Iespa Garcia
CRN 08100993

COLAÇÃO

Semanas de Junho: 1ª e 3ª

2ª feira Dia 12 e 26	Suco de laranja lima
3ª feira Dias 13 e 27	Suco de pera
4ª feira Dias 14 e 28	Suco de maçã
5ª feira Dias 01 e 29	Suco de laranja lima
6ª feira Dias 02, 16 e 30	Suco de manga

Semanas de Junho: 2ª e 4ª

2ª feira Dia 05 e 19	Suco de laranja lima
3ª feira Dias 06 e 20	Suco de maçã
4ª feira Dias 07 e 21	Suco de pera
5ª feira Dias 08 e 22	Suco de laranja lima
6ª feira Dias 09 e 23	Suco de manga

ALMOÇO/JANTAR

Semanas de Junho: 1ª e 3ª

2ª feira Dia 12 e 26	Espaguete cozido, carne moída, feijão preto com espinafre e cenoura cozida
3ª feira Dias 13 e 27	Arroz, feijão preto com agrião, gema de ovo e refogado de brócolis e couve-flor
4ª feira Dias 14 e 28	Arroz, feijão carioca, bife de panela, polenta cremosa e chicória refogada
5ª feira Dias 01 e 29	Arroz, Feijão preto, frango assado ao alecrim, batata cozida e beterraba com salsinha
6ª feira Dias 02, 16 e 30	Arroz, Feijão preto com couve, quibe assado de carne e abóbora cozida

Semanas de Junho 2ª e 4ª

2ª feira Dia 05 e 19	Talharim cozido, feijão preto com bortalha, carne moída de frango e beterraba cozida
3ª feira Dias 06 e 20	Arroz, feijão preto, carne assada ao molho e chicória refogada
4ª feira Dias 07 e 21	Arroz, feijão mulatinho, coxa e sobrecoxa ensopada e seleta de legumes
5ª feira Dias 08 e 22	Arroz, feijão preto com espinafre, carne moída, batata cozida e vagem refogada
6ª feira Dias 09 e 23	Arroz, feijão preto com couve, frango desfiado e acelga refogada

SOBREMESAS

Semanas de Junho: 1ª e 3ª

2ª feira Dia 12 e 26	Maçã
3ª feira Dias 13 e 27	Manga
4ª feira Dias 14 e 28	Pera
5ª feira Dias 01 e 29	Caqui
6ª feira Dias 02, 16 e 30	Banana

Semanas de Junho: 2ª e 4ª

2ª feira Dia 05 e 19	Pera
3ª feira Dias 06 e 20	Mamão
4ª feira Dias 07 e 21	Caqui
5ª feira Dias 08 e 22	Melão
6ª feira Dias 09 e 23	Maçã

LANCHE DA TARDE

Semanas de Junho: 1ª e 3ª

2ª feira Dia 12 e 26	Papa de pera
3ª feira Dias 13 e 27	Papa de maçã
4ª feira Dias 14 e 28	Papa de mamão com aveia
5ª feira Dias 01 e 29	Papa de banana
6ª feira Dias 02, 16 e 30	Papa de frutas

Semanas de Junho: 2ª e 4ª

2ª feira Dia 05 e 19	Papa de maçã
3ª feira Dias 06 e 20	Papa de banana com aveia
4ª feira Dias 07 e 21	Papa de mamão
5ª feira Dias 08 e 22	Papa de abacate com banana
6ª feira Dias 09 e 23	Papa de frutas

Obs.: A partir dos 7 ½ meses, diariamente, haverá o acréscimo de arroz papa e caldo de feijão enriquecido, com folhosos verdes escuros ou beterraba, no almoço e no jantar e inicialmente ¼ gema de ovo no almoço, 2 vezes/semana (3ª e 5ª feira), respeitando-se as recomendações do Pediatra. O cardápio poderá sofrer algumas alterações por alimentos de mesmo valor nutricional, caso haja alguma intercorrência, com autorização prévia da Nutricionista.