

Cardápio Dinâmico

Berçário 2ª fase



Nutricionista Responsável: Carla Iespa Garcia
CRN 08100993

COLAÇÃO

Semanas de Outubro: 1ª e 3ª

| | |
|---------------------------------|----------------------|
| 2ª feira Dia 02, 16 e 30 | Suco de laranja lima |
| 3ª feira Dias 03, 17 e 31 | Suco de caju |
| 4ª feira Dias 04, 18 e 01/11 | Suco de manga |
| 5ª feira Dias 05, 19 e 02/11 | Suco de melancia |
| 6ª feira Dias 06, 20 e 03/11 | Suco de laranja lima |

Semanas de Outubro: 2ª e 4ª

| | |
|--------------------------|----------------------|
| 2ª feira Dias 09 e 23 | Suco de laranja lima |
| 3ª feira Dias 10 e 24 | Suco de caju |
| 4ª feira Dias 11 e 25 | Suco de melão |
| 5ª feira Dias 26 | Suco de melancia |
| 6ª feira Dias 13 e 27 | Suco de laranja lima |

ALMOÇO/JANTAR

Semanas de Outubro: 1ª e 3ª

| | |
|---------------------------------|---|
| 2ª feira Dia 02, 16 e 30 | Espaguete cozido, Arroz (o.p), feijão preto com espinafre, carne moída colorida com cenoura |
| 3ª feira Dias 03, 17 e 31 | Arroz, feijão preto com agrião, frango ensopado e legumes cozidos (abobrinha e berinjela) |
| 4ª feira Dias 04, 18 e 01/11 | Arroz, feijão mulatinho, carne picadinha e couve-flor refogada |
| 5ª feira Dias 05, 19 e 02/11 | Arroz, feijão preto com bortalha, frango cozido ao molho e cenoura cozida |
| 6ª feira Dias 06, 20 e 03/11 | Arroz, feijão preto com couve, bife rolé, abóbora salteada com salsa e beterraba refogada |

Semanas de Outubro: 2ª e 4ª

| | |
|--------------------------|---|
| 2ª feira Dias 09 e 23 | Parafuso cozido, Arroz (o.p), Feijão preto com bortalha, frango picadinho ao molho e cenoura cozida |
| 3ª feira Dias 10 e 24 | Arroz com brócolis, Feijão cariquinho e escalopinho de carne ao molho |
| 4ª feira Dias 11 e 25 | Arroz, Feijão preto com couve, frango ao alecrim, batata refogada e beterraba cozida |
| 5ª feira Dias 26 | Arroz, feijão preto com espinafre, carne moída e cenoura à juliana |
| 6ª feira Dias 13 e 27 | Arroz, feijão preto com couve, sobrecoxa de frango ao molho de laranja e chuchu refogado |

SOBREMESAS

Semanas de Outubro: 1ª e 3ª

| | |
|---------------------------------|----------|
| 2ª feira Dia 02, 16 e 30 | Maçã |
| 3ª feira Dias 03, 17 e 31 | Manga |
| 4ª feira Dias 04, 18 e 01/11 | Melancia |
| 5ª feira Dias 05, 19 e 02/11 | Banana |
| 6ª feira Dias 06, 20 e 03/11 | Mamão |

Semanas de Outubro: 2ª e 4ª

| | |
|--------------------------|--------|
| 2ª feira Dias 09 e 23 | Banana |
| 3ª feira Dias 10 e 24 | Mamão |
| 4ª feira Dias 11 e 25 | Manga |
| 5ª feira Dias 26 | Melão |
| 6ª feira Dias 13 e 27 | Maçã |

LANCHE DA TARDE

Semanas de Outubro: 1ª e 3ª

| | |
|---------------------------------|-----------------|
| 2ª feira Dia 02, 16 e 30 | Mamão com aveia |
| 3ª feira Dias 03, 17 e 31 | Banana |
| 4ª feira Dias 04, 18 e 01/11 | Maçã |
| 5ª feira Dias 05, 19 e 02/11 | Manga |
| 6ª feira Dias 06, 20 e 03/11 | Mix de frutas |

Semanas de Outubro: 2ª e 4ª

| | |
|--------------------------|---------------|
| 2ª feira Dias 09 e 23 | Maçã |
| 3ª feira Dias 10 e 24 | Manga |
| 4ª feira Dias 11 e 25 | Mamão |
| 5ª feira Dias 26 | Banana |
| 6ª feira Dias 13 e 27 | Mix 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.