

Cardápio Dinâmico

Berçário – 1ª fase



Nutricionista Responsável: Carla Iespa Garcia
CRN 08100993

COLAÇÃO

Semanas de Novembro: 1ª e 3ª

2ª feira Dias 05/11 e 19/11	Suco de laranja lima
3ª feira Dias 06/11	Suco de manga
4ª feira Dias 07/11 e 21/11	Suco de mamão
5ª feira Dias 08/11 e 22/11	Suco de maçã
6ª feira Dias 09/11 e 23/11	Suco de melão

Semanas de Novembro: 2ª e 4ª

2ª feira Dias 12/11 e 26/11	Suco de laranja lima
3ª feira Dias 13/11 e 27/11	Suco de melancia
4ª feira Dias 14/11 e 28/11	Suco de manga
5ª feira Dias 29/11	Suco de laranja lima com mamão
6ª feira Dias 16/11 e 30/11	Suco de maçã

ALMOÇO/JANTAR

Semanas de Novembro: 1ª e 3ª

2ª feira Dias 05/11 e 19/11	Papa salgada: Couve, Inhame, Chuchu, Abóbora, Massinha e Músculo
3ª feira Dias 06/11	Papa salgada: Agrião, Batata inglesa, Abobrinha, Cenoura e Peito de frango + gema
4ª feira Dias 07/11 e 21/11	Papa salgada: Bertalha, Batata Baroa, Chuchu, Abóbora, Massinha e Músculo
5ª feira Dias 08/11 e 22/11	Papa salgada: Espinafre, Batata doce, Cenoura, Abobrinha e Peito de frango + gema
6ª feira Dias 09/11 e 23/11	Papa salgada: Bertalha, Aipim, Chuchu, Abóbora, Massinha e Músculo

Semanas de Novembro: 2ª e 4ª

2ª feira Dias 12/11 e 26/11	Papa salgada: Agrião, Batata Baroa, Chuchu, Abóbora e Músculo
3ª feira Dias 13/11 e 27/11	Papa salgada: Couve, Batata doce, Abobrinha, Cenoura, Massinha e Peito de frango+ gema
4ª feira Dias 14/11 e 28/11	Papa salgada: Espinafre, Batata inglesa, Chuchu, Abóbora e Músculo
5ª feira Dias 29/11	Papa salgada: Bertalha, Inhame, Abobrinha, Cenoura, Massinha e Peito de frango+ gema
6ª feira Dias 16/11 e 30/11	Papa salgada: Couve, Aipim, Chuchu, Abóbora e Músculo

SOBREMESAS

Semanas de Novembro: 1ª e 3ª

2ª feira Dias 05/11 e 19/11	Banana
3ª feira Dias 06/11	Melão
4ª feira Dias 07/11 e 21/11	Maçã
5ª feira Dias 08/11 e 22/11	Mamão
6ª feira Dias 09/11 e 23/11	Manga

Semanas de Novembro: 2ª e 4ª

2ª feira Dias 12/11 e 26/11	Melancia
3ª feira Dias 13/11 e 27/11	Mamão
4ª feira Dias 14/11 e 28/11	Banana
5ª feira Dias 29/11	Maçã
6ª feira Dias 16/11 e 30/11	Pera

LANCHE DA TARDE

Semanas de Novembro: 1ª e 3ª

2ª feira Dias 05/11 e 19/11	Manga
3ª feira Dias 06/11	Maçã
4ª feira Dias 07/11 e 21/11	Banana
5ª feira Dias 08/11 e 22/11	Mix de frutas
6ª feira Dias 09/11 e 23/11	Mamão com aveia

Semanas de Novembro: 2ª e 4ª

2ª feira Dias 12/11 e 26/11	Maçã
3ª feira Dias 13/11 e 27/11	Banana
4ª feira Dias 14/11 e 28/11	Mix de frutas
5ª feira Dias 29/11	Manga
6ª feira Dias 16/11 e 30/11	Mamão com aveia

Obs.: A partir dos 7 $\frac{1}{2}$ 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 $\frac{1}{4}$ 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.