

Cardápio Dinâmico

Berçário – 1ª fase



Nutricionista Responsável: Carla Iespa Garcia
CRN 08100993

COLAÇÃO

Semanas de Abril: 1ª e 3ª

2ª feira Dias 02 e 16	Suco de laranja lima
3ª feira Dias 03 e 17	Suco de maçã
4ª feira Dias 04 e 18	Suco de mamão
5ª feira Dias 05 e 19	Suco de laranja lima
6ª feira Dias 06 e 20	Suco de manga

Semanas de Abril: 2ª e 4ª

2ª feira Dias 09 e 23	Suco de laranja lima
3ª feira Dias 10 e 24	Suco de mamão
4ª feira Dias 11 e 25	Suco de maçã
5ª feira Dias 12 e 26	Suco de laranja lima
6ª feira Dias 13 e 27	Suco de pera

ALMOÇO/JANTAR

Semanas de Abril: 1ª e 3ª

2ª feira Dias 02 e 16	Papa salgada: Couve, Inhame, Chuchu, Abóbora, Massinha e Carne vermelha
3ª feira Dias 03 e 17	Papa salgada: Bertalha, Batata doce, Cenoura, Abobrinha e Peito de frango + gema
4ª feira Dias 04 e 18	Papa salgada: Espinafre, Batata Baroa, Abóbora, Chuchu, Massinha e Carne vermelha
5ª feira Dias 05 e 19	Papa salgada: Agrião, Batata inglesa, Cenoura, Abobrinha e Peito de frango + gema
6ª feira Dias 06 e 20	Papa salgada: Bertalha, Aipim, Abóbora, Chuchu, Massinha e Carne vermelha

Semanas de Abril: 2ª e 4ª

2ª feira Dias 09 e 23	Papa salgada: Espinafre, Batata baroa, Abóbora, Chuchu, Massinha e Carne vermelha
3ª feira Dias 10 e 24	Papa salgada: Brócolis, Batata Inglesa, Cenoura, Abobrinha e Peito de frango + gema
4ª feira Dias 11 e 25	Papa salgada: Agrião, Batata doce, Abóbora, Chuchu, Massinha e Carne vermelha
5ª feira Dias 12 e 26	Papa salgada: Couve, Aipim, Cenoura, Abobrinha e Peito de frango + gema
6ª feira Dias 13 e 27	Papa salgada: Bertalha, Inhame, Abóbora, Chuchu, Massinha e Carne vermelha

SOBREMESAS

Semanas de Abril: 1ª e 3ª

2ª feira Dias 02 e 16	Banana
3ª feira Dias 03 e 17	Caqui
4ª feira Dias 04 e 18	Pera
5ª feira Dias 05 e 19	Mamão
6ª feira Dias 06 e 20	Maçã

Semanas de Abril: 2ª e 4ª

2ª feira Dias 09 e 23	Maçã
3ª feira Dias 10 e 24	Abacate
4ª feira Dias 11 e 25	Banana
5ª feira Dias 12 e 26	Caqui
6ª feira Dias 13 e 27	Melancia

LANCHE DA TARDE

Semanas de Abril: 1ª e 3ª

2ª feira Dias 02 e 16	Banana amassadinha com aveia
3ª feira Dias 03 e 17	Maçã
4ª feira Dias 04 e 18	Abacate
5ª feira Dias 05 e 19	Caqui
6ª feira Dias 06 e 20	Mix de frutas

Semanas de Abril: 2ª e 4ª

2ª feira Dias 09 e 23	Abacate
3ª feira Dias 10 e 24	Maçã
4ª feira Dias 11 e 25	Caqui
5ª feira Dias 12 e 26	Banana com mamão com aveia
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.