

# Cardápio Dinâmico

## Berçário – 2ª fase



Nutricionista Responsável: Carla Iespa Garcia  
CRN 08100993

### COLAÇÃO

#### Semanas de Janeiro: 1ª e 3ª

2ª feira Dias 15/01 e 29/01	Suco de laranja lima
3ª feira Dia 16/01 e 30/01	Suco de melancia
4ª feira Dias 03/01, 17/01 e 31/01	Suco de mamão
5ª feira Dias 04/01, 18/01 e 01/02	Suco de maçã
6ª feira Dias 05/01, 19/01 e 02/02	Suco de manga

#### Semanas de Janeiro: 2ª e 4ª

2ª feira Dia 08/01 e 22/01	Suco de laranja lima
3ª feira Dias 09/01 e 23/01	Suco de manga
4ª feira Dias 10/01 e 24/01	Suco de maçã
5ª feira Dias 11/01 e 25/01	Suco de laranja lima
6ª feira Dias 12/01 e 26/01	Suco de pera

### ALMOÇO/JANTAR

#### Semanas de Janeiro: 1ª e 3ª

2ª feira Dias 15/01 e 29/01	Massinha, Arroz (o.p.), carne moída, feijão preto com couve e cenoura à juliana
3ª feira Dia 02/01 (jantar), 16/01 e 30/01	Arroz, feijão mulatinho, franguinho ensopado e legumes em cubinhos
4ª feira Dias 03/01, 17/01 e 31/01	Arroz, feijão preto com beterraba, bife de panela e quibebe com cheiro verde
5ª feira Dias 04/01, 18/01 e 01/02	Arroz, feijão preto com bortalha, isca de frango colorida, batata cozida e beterraba cozida
6ª feira Dias 05/01, 19/01 e 02/02	Arroz, feijão preto com agrião, carne assada, couve refogada e cenoura cozida

#### Semanas de Janeiro: 2ª e 4ª

2ª feira Dia 08/01 e 22/01	Massinha cozida, arroz (o.p), carne moída, feijão preto com agrião e cenoura refogada
3ª feira Dias 09/01 e 23/01	Arroz com espinafre, feijão vermelho, frango desfiado e beterraba cozida
4ª feira Dias 10/01 e 24/01	Arroz, feijão com espinafre, picadinho de carne e abobrinha refogada com tomate
5ª feira Dias 11/01 e 25/01	Arroz, feijão preto com beterraba, frango picadinho e mexidinho com vagem e cenoura
6ª feira Dias 12/01 e 26/01	Arroz, feijão preto com bortalha, carne moída, batata cozida e beterraba refogada

### SOBREMESAS

#### Semanas de Janeiro: 1ª e 3ª

2ª feira Dias 15/01 e 29/01	Mamão
3ª feira Dia 02/01 (jantar), 16/01 e 30/01	Pera
4ª feira Dias 03/01, 17/01 e 31/01	Banana
5ª feira Dias 04/01, 18/01 e 01/02	Melão
6ª feira Dias 05/01, 19/01 e 02/02	Maçã

#### Semanas de Janeiro: 2ª e 4ª

2ª feira Dia 08/01 e 22/01	Maçã
3ª feira Dias 09/01 e 23/01	Banana
4ª feira Dias 10/01 e 24/01	Melão
5ª feira Dias 11/01 e 25/01	Mamão
6ª feira Dias 12/01 e 26/01	Pera

### LANCHE DA TARDE

#### Semanas de Janeiro: 1ª e 3ª

2ª feira Dias 15/01 e 29/01	Papa de banana
3ª feira Dia 02/01, 16/01 e 30/01	Papa de maçã
4ª feira Dias 03/01, 17/01 e 31/01	Papa de manga
5ª feira Dias 04/01, 18/01 e 01/02	Papa de pera com aveia
6ª feira Dias 05/01, 19/01 e 02/02	Papa de frutas

#### Semanas de Janeiro: 2ª e 4ª

2ª feira Dia 08/01 e 22/01	Papa de manga
3ª feira Dias 09/01 e 23/01	Papa de mamão com aveia
4ª feira Dias 10/01 e 24/01	Papa de pera
5ª feira Dias 11/01 e 25/01	Papa de banana
6ª feira Dias 12/01 e 26/01	Papa de frutas

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.