

# Cardápio Dinâmico

## Berçário – 2ª 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	Arroz (integral + branco), feijão preto com couve, carne desfiada, cenoura e brócolis refogados
3ª feira Dias 03 e 17	Arroz (integral + branco), feijão carioca, sobrecoxas refogadas, beterraba cozida com salsinha
4ª feira Dias 04 e 18	Arroz (integral + branco), feijão preto com espinafre, bolinho de carne assado, batata doce cozida e chicória refogada
5ª feira Dias 05 e 19	Massinha, frango desfiado, arroz (o.p.), feijão preto com, abobrinha ao forno com azeite
6ª feira Dias 06 e 20	Arroz (integral + branco), feijão preto com bortalha, carne assada e couve refogada

#### Semanas de Abril: 2ª e 4ª

2ª feira Dias 09 e 23	Arroz (integral + branco), feijão preto com espinafre, ovo cozido, saladinha de vagem e couve-flor
3ª feira Dias 10 e 24	Arroz, feijão mulatinho, frango ao molho de tomates, chuchu refogado e Saladinha de beterraba
4ª feira Dias 11 e 25	Espaguete à Bolonhesa, arroz (o.p.), feijão preto com agrião, espinafre refogado e cenouras à juliana
5ª feira Dias 12 e 26	Arroz, feijão preto com couve, carne moída, abobora cozida e acelga refogada
6ª feira Dias 13 e 27	Arroz, feijão preto com bortalha, frango desfiado, batata cozida e repolho roxo refogado

### 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.