



CARDÁPIO QUINZENAL - JULHO 2017

1ª e 3ª Semana do mês de julho LANCHE (MANHÃ E TARDE)

Segunda-feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira
Biscoito integral com requeijão	Manhã: Bolo de laranja Tarde: Mini pão de queijo	Lanche natural Pão francês com frango desfiado	Manhã: Bolo de banana Tarde: Mini pão de queijo	Pão francês com manteiga na chapa
Suco de limão	Suco de melão	Suco de melancia	Suco de laranja	Suco de abacaxi com hortelã
Maçã	Mexerica	Mamão	Melancia	Banana

ALMOÇO

Segunda-feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira
Arroz integral Feijão Carne moída com cenoura ralada e brócolis Macarrão alho e azeite	Arroz integral Feijão Estrogonofe de frango Batata assada	Arroz integral Feijão Carne de panela com batata doce Abobrinha refogada com tomate	Arroz integral Feijão Coxa e sobrecoxa na panela de pressão Farofa colorida (cenoura, vagem e milho)	Arroz integral Feijão Peixe desfiado com mandioquinha Opção: Almôndega assada ao sugo Chuchu com salsa
Repolho ralado e beterraba ralada	Mix de folhas com tomate	Acelga com cenoura cozida	Alface com tomate	Pepino com tomate
Suco de laranja	Suco de limão	Suco de abacaxi	Suco de limão	Suco da mamãe
Abacaxi	Banana	Maçã	Melão	Melancia

2ª e 4ª Semana do mês de julho LANCHE (MANHÃ E TARDE)

Segunda-feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira
Torrada de pão francês com queijo e orégano	Torta de frango com legumes (cenoura e abobrinha)	Manhã: Bolo de cenoura Tarde: Mini pão de queijo	Biscoito integral com geleia de frutas	Manhã: Bolo de milho Tarde: mini pão de queijo
Suco de uva	Suco de laranja	Suco de melancia	Suco de melancia	Suco da mamãe
Abacaxi	Banana	Maçã	Melão	Mamão

ALMOÇO

Segunda-feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira
Arroz integral Feijão Frango ao molho Repolho com cenoura refogados	Arroz integral Feijão Carne em iscas acebolada Farofa colorida	Arroz integral Feijão Fricassê de frango (frango desfiado com queijo gratinado) Legumes Gratinado	Arroz integral Feijão Kibe de forno Creme de milho	Arroz integral Feijão Peixe ao molho Opção: ovos mexidos Cenoura com vagem ao azeite
Acelga com tomate	Mix de folhas com cenoura ralada	Alface com beterraba cozida	Repolho ralado com tomate	Salada de batata com azeite e orégano
Suco de limão	Suco de abacaxi	Suco de limão	Suco de laranja	Suco de abacaxi
Melancia	Mamão	Mexerica	Banana	Maçã

- Cardápio sujeito a alterações conforme disponibilidade dos itens;
- Utilização de temperos naturais: alho, cebola, cheiro-verde, orégano, etc;
- Incentivo ao consumo de água durante todo o período;
- Redução do consumo de açúcar/frituras/sal e introdução de novos sabores ao paladar;
- Todos os dias serão preparados arroz branco.

Nutricionista responsável: Daniela Cristina Ferreira Rossini - CRN: 9378



CARDÁPIO BERÇÁRIO- QUINZENAL JULHO 2017
(06 meses a 1 ano)

1ª e 3ª Semana do mês de julho

Segunda- feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira
Papa de abacate	Papa de maçã	Papa de banana	Papa de mamão	Papa de pera
Papa salgada Batata, cenoura, espinafre, arroz, escarola e frango desfiado	Papa salgada Mandioquinha, cabotiá, chuchu, espinafre, macarrão e músculo	Papa salgada Batata doce, tomate, abobrinha, couve, caldo de feijão e frango picadinho	Papa salgada Cará, cenoura, espinafre, arroz e carne moída	Papa salgada Inhame, beterraba, abobrinha, couve, macarrão e frango desfiado
Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
Papa de Pera	Papa de mamão	Papa de abacate	Papa de maçã	Papa de banana
Papa salgada Batata, cenoura, espinafre, arroz, escarola e frango desfiado	Papa salgada Mandioquinha, cabotiá, chuchu, espinafre, macarrão e músculo	Papa salgada Batata doce, tomate, abobrinha, couve, caldo de feijão e frango picadinho	Papa salgada Cará, cenoura, espinafre, arroz e carne moída	Papa salgada Inhame, beterraba, abobrinha, couve, macarrão e frango desfiado

2ª e 4ª Semana do mês de julho

Segunda- feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira
Papa de maçã	Papa de banana	Papa de mamão	Papa de Pera	Papa de abacate
Papa salgada Inhame, abobora, escarola, feijão e frango desfiado	Papa salgada Batata, cenoura, abobrinha, repolho, arroz e carne moída	Papa salgada Mandioquinha, tomate, couve, macarrão e frango picadinho	Papa salgada Batata doce, cenoura, chuchu, couve, feijão e músculo	Papa salgada Mandioca, cabotiá, repolho, arroz e fígado
Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
Papa de Pera	Papa de abacate	Papa de maçã	Papa de banana	Papa de mamão
Papa salgada Inhame, abobora, escarola, feijão e frango desfiado	Papa salgada Batata, cenoura, abobrinha, repolho, arroz e carne moída	Papa salgada Mandioquinha, tomate, couve, macarrão e frango picadinho	Papa salgada Batata doce, cenoura, chuchu, couve, feijão e músculo	Papa salgada Mandioca, cabotiá, repolho, arroz e fígado

- Cardápio sujeito a alterações conforme disponibilidade dos itens;
- Utilização de temperos naturais: alho, cebola, cheiro-verde, etc;
- Incentivo ao consumo de água durante todo o período;
- A consistência da papa varia de acordo com a idade e desenvolvimento de cada bebê;
- Os pais que optarem por sopa no jantar, devem solicitar via agenda.

Nutricionista responsável: Daniela Cristina Ferreira Rossini - CRN: 9378



CARDÁPIO SOPA- QUINZENAL JULHO2017

1ª e 3ª Semana do mês de julho

Segunda- feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira
SOPA Batata, cenoura, vagem, arroz, escarola e frango desfiado	SOPA Mandioquinha, cabotiá, chuchu, couve, macarrão e músculo	SOPA Batata doce, tomate, abobrinha, couve, caldo de feijão e frango picadinho	SOPA Cará, cenoura, espinafre, arroz e carne moída	SOPA Inhame, beterraba, abobrinha, escarola, macarrão e frango desfiado

2ª e 4ª Semana do mês de julho

Segunda- feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira
SOPA Inhame, abobora, acelga, feijão, macarrão e frango desfiado	SOPA Batata, cenoura, abobrinha, repolho, arroz e carne moída	SOPA Mandioquinha, tomate, escarola, macarrão e frango picadinho	SOPA Batata doce, cenoura, chuchu, couve, feijão, e músculo	SOPA Mandioca, cabotiá, repolho, arroz e fígado

- Cardápio sujeito a alterações conforme disponibilidade dos itens;
- Utilização de temperos naturais: alho, cebola, cheiro-verde, etc;
- As sopas em forma de cremes não são feitas com creme de leite, é utilizado somente o alimento triturado;
- Os pais que optarem por sopa no jantar, devem solicitar via agenda.

Nutricionista responsável: Daniela Cristina Ferreira Rossini - CRN: 9378



CARDÁPIO SOPA- QUINZENAL JULHO2017

1ª e 3ª Semana do mês de julho

Segunda- feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira
SOPA Batata, cenoura, vagem, arroz, escarola e frango desfiado	SOPA Mandioquinha, cabotiá, chuchu, couve, macarrão e músculo	SOPA Batata doce, tomate, abobrinha, couve, caldo de feijão e frango picadinho	SOPA Cará, cenoura, espinafre, arroz e carne moída	SOPA Inhame, beterraba, abobrinha, escarola, macarrão e frango desfiado

2ª e 4ª Semana do mês de julho

Segunda- feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira
SOPA Inhame, abobora, acelga, feijão, macarrão e frango desfiado	SOPA Batata, cenoura, abobrinha, repolho, arroz e carne moída	SOPA Mandioquinha, tomate, escarola, macarrão e frango picadinho	SOPA Batata doce, cenoura, chuchu, couve, feijão, e músculo	SOPA Mandioca, cabotiá, repolho, arroz e fígado

- Cardápio sujeito a alterações conforme disponibilidade dos itens;
- Utilização de temperos naturais: alho, cebola, cheiro-verde, etc;
- As sopas em forma de cremes não são feitas com creme de leite, é utilizado somente o alimento triturado;
- Os pais que optarem por sopa no jantar, devem solicitar via agenda.

Nutricionista responsável: Daniela Cristina Ferreira Rossini - CRN: 9378