

Cardápio Berçário da 1ª Semana

Caldo de feijão ou lentilha, servir para crianças a partir do 8º mês.

OBS: A gema de ovo é introduzida na alimentação das crianças a partir de 06 meses. A clara só pode após 1 ano se não apresentar alergias.

Refeições	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira	Observações A escola não elabora dietas específicas
Chegada a 07h 30min						
08:00hs	Mamadeira					Fórmulas láctea conforme indicação pediátrica ou dos pais trazidos pelos familiares
09:30hs Lanche da Manhã	Fruta A massada/raspada					A fruta que os pais enviarem para a Escola
11:20hs Almoço	Arroz Caldo de Feijão Frango desfiado 2 tipos de legumes amassados Couve flor	Sopa de lentilha com carne e legumes amassado	Arroz Caldo de Feijão Frango Cozido 2 tipos de legumes amassados	Polenta com Carne Moída	Macarrão Caldo de Feijão Frango desfiado Purê de Batata Doce	ATENÇÃO!!! Açúcar e sal em excesso podem causar doenças como: diabetes e hipertensão. Não preparar alimentação com temperos industrializados
Bebida pós almoço	Suco de Mamão	Chá de Camomila	Suco de Laranja	Chá Erva Doce	Suco de Melão	As bebidas devem ser servidas sem adição de açúcar ou adoçantes
14:00hs Lanche da Tarde	Salada de Frutas	Papinha de frutas	Salada de Frutas	Papinha de bolacha doce	Salada de Frutas	A FRUTA oferecida ao berçário preferencialmente deve ser a banana, maçã, mamão, pêra, manga laranja conforme indicação.
16:20hs	Mamadeira					Leite da criança

Cardápio Berçário da 2ª Semana

Caldo de feijão ou lentilha , servir para crianças a partir do 8º mês.

OBS: A gema de ovo é introduzida na alimentação das crianças a partir de 06 meses. A clara só pode após 1 ano se não apresentar alergias.

Refeições	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira	Observações A escola não elabora dietas específicas
Chegada 07h 30min						
08:00hs	Mamadeira					Fórmulas láctea conforme indicação pediátrica ou dos pais trazidos pelos familiares
09:30hs Lanche da Manhã	Fruta A massada/raspada					A fruta que os pais enviarem para a Escola
11:20hs Almoço	Canja com batata e cenoura (amassar legumes)	Macarrão Caldo de Feijão Bife bem cozido Legumes amassados Batata salsa	Polenta Caldo de Feijão Frango Desfiado Purê de batata Brôcolis	Sopa de Feijão (caldo) com legumes e macarrão	Arroz Caldo de Feijão Carne Moída Purê Abóbora Moranga	ATENÇÃO!!! Açúcar e sal em excesso podem causar doenças como: diabetes e hipertensão. Não preparar alimentação com temperos industrializados
Bebida pós almoço	Chá de Erva doce	Suco de Mamão	Chá de Camomila	Suco de Caju	Chá de Erva Cidreira	As bebidas devem der servidas sem adição de açúcar ou adoçantes

14:00hs Lanche da Tarde	Papinha de bolacha doce	Papinha de frutas	Salada de Frutas	Papinha de frutas	Salada de Frutas	A FRUTA oferecida ao berçário preferencialmente deve ser a banana, maçã, mamão, pêra, manga laranja conforme indicação.
16:20hs	Mamadeira					Leite da criança

Cardápio Berçário da 3ª Semana

Caldo de feijão ou lentilha , servir para crianças a partir do 8º mês.

OBS: A gema de ovo é introduzida na alimentação das crianças a partir de 06 meses. A clara só pode após 1 ano se não apresentar alergias.

Refeições	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira	Observações A escola não elabora dietas específicas
Chegada 07h 30min						
08:00hs	Mamadeira					Fórmulas láctea conforme indicação pediátrica ou dos pais trazidos pelos familiares
09:30hs Lanche da Manhã	Fruta A massada/raspada					A fruta que os pais enviarem para a Escola
11:20hs Almoço	Macarrão Caldo Feijão Batata amassada Frango desfiado	POLENTA Caldo de Feijão Carne Moída Purê de Abóbora Cabotia	Sopa de Mandioca com carne, cenoura e chuchu	Risoto de Frango com Legumes e Brôcolis	Arroz Caldo de Feijão Carne desfiada Purê batata salsa	ATENÇÃO!!! Açúcar e sal em excesso podem causar doenças como: diabetes e hipertensão. Não preparar alimentação com temperos industrializados
Bebida pós almoço	Chá de Erva doce	Suco de Laranja	Chá de Erva Cidreira	Suco de Mamão	Chá Camomila	As bebidas devem ser servidas sem adição de açúcar ou adoçantes
14:00hs Lanche da Tarde	Salada de Frutas	Papinha de frutas	Papinha de bolacha	Papinha de frutas	Salada de Frutas	A FRUTA oferecida ao berçário preferencialmente deve ser a banana, maçã, mamão, pêra, manga laranja conforme indicação.
16:20hs	Mamadeira					Leite da criança

Cardápio Berçárioda 4ª Semana Caldo de feijão ou lentilha , servir para crianças a partir do 8º mês. OBS: A gema de ovo é introduzida na alimentação das crianças a partir de 06 meses. A clara só pode após 1 ano se não apresentar alergias.						
Refeições	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira	Observações A escola não elabora dietas específicas
Chegada 07h 30min						
08:00hs	Mamadeira					Fórmulas láctea conforme indicação pediátrica ou dos pais trazidos pelos familiares
09:30hs Lanche da Manhã	Fruta Amassada/raspada					A fruta que os pais enviarem para a Escola
11:20hs Almoço	Arroz Caldo Feijão Frango Desfiado Purê de Cenoura Couve flor	Sopa de Lentilha, carne cozida, cenoura beterraba e chuchu	Arroz Caldo de Feijão Frango Desfiado Purê de batata doce	Sopa de macarrão com frango e legumes	Polenta Legumes e Carne Moída Brôcolis	ATENÇÃO!!! Açúcar e sal em excesso podem causar doenças como: diabetes e hipertensão. Não preparar alimentação com temperos industrializados

Bebida pós almoço	Suco de Goiaba	Chá de Erva Doce	Suco de Laranja	Suco de Melão	Chá de Camomila	As bebidas devem der servidas sem adição de açúcar ou adoçantes
14:00hs Lanche da Tarde	Salada de Frutas	Papinha de frutas	Salada de Frutas	Papinha de bolacha	Salada de Frutas	A FRUTA oferecida ao berçário preferencialmente deve ser a banana, maçã, mamão, pêra, manga laranja conforme indicação.
16:20hs	Mamadeira					Leite da criança

Elaboração Nutricionista Carla Cristina C. Lima CRN8 - 5431