

Cardápio Berçário de 6 a 8 meses



Cardápio 1					
1ª e 3ª semana					
Refeição	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Lanche	Papinha de maçã	Banana amassada	Papinha de abacate	Papinha de mamão	Suco de goiaba
Almoço	Sopa de frango com espinafre, macaxeira, espinafre e macarrão. (Amassar)	Sopa de carne com abóbora, couve flor, repolho, arroz e caldo de feijão. (Amassar)	Sopa de frango com batata doce, brócolis, beterraba, arroz e caldo de feijão. (Amassar)	Sopa de carne com repolho, acelga, macaxeira, cenoura, espinafre e macarrão. (Amassar)	Sopa de frango com batata-doce, cenoura, espinafre, repolho, arroz e caldo de feijão. (Amassar)
Lanche	Papinha de goiaba	Papinha de manga	Papinha de pêra	Suco de acerola	Banana e mamão amassados
Jantar	Sopa de feijão, macarrão, beterraba, vagem e chuchu.	Sopa de carne com batata doce, abobrinha, espinafre e beterraba.	Sopa de frango, chuchu, brócolis, batata doce e repolho.	Sopa de carne, macarrão, repolho, abobrinha, chuchu e cenoura.	Sopa de frango com batata inglesa, chuchu, abóbora e espinafre.

Cardápio 2					
2ª e 4ª semana					
Refeição	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Lanche	Papinha de manga	Papinha de mamão	Banana amassada	Papinha de ameixa	Papinha de banana e maçã
Almoço	Sopa de carne com macaxeira, beterraba, abóbora, arroz e caldo de feijão. (Amassar)	Canja de frango com abobrinha, repolho, cenoura e macarrão. (Amassar)	Sopa de carne com batata inglesa, abobrinha, acelga, arroz e caldo de feijão. (Amassar)	Sopa de frango com macaxeira, repolho, acelga, beterraba e macarrão. (Amassar)	Sopa de carne com batata doce, abóbora, chuchu, espinafre, arroz e caldo de feijão. (Amassar)
Lanche	Papinha de maçã com banana	Papinha de goiaba	Vitamina de frutas	Papinha de mamão e goiaba	Mamão amassado
Jantar	Sopinha de carne com macarrão, abóbora e acelga.	Sopa de frango, arroz, couve-flor, brócolis, beterraba e vagem.	Sopinha de carne, batata inglesa, inhame, cenoura e abobrinha.	Sopinha de frango com arroz, abobrinha, acelga, vagem e repolho.	Sopa de carne, arroz, abóbora, cenoura, chuchu e couve-flor.

O Café da Manhã é a principal refeição e de inteira responsabilidade dos pais ou responsáveis. No berçário a forma como as frutas são oferecidas são variadas, podem ser em pedaços, amassadas ou na forma de suco, consideramos a evolução do processo de mastigação, deglutição, aceitação da criança e sugestão dos pais e pediatras.

OBS: Alunos que possuam alergias ou intolerâncias, procurar a Nutricionista da Escola com Exames, orientações e atestado médico do pediatra responsável.

Elaborado por: Anna Paula Gonçalves - Nutricionista CRN: 12975

Cardápio Berçário de 9 a 12 meses



Cardápio 1					
1ª e 3ª semana					
Refeição	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Lanche	Papinha de maçã	Banana em rodela	Papinha de abacate	Mamão	Suco de goiaba
Almoço	Frango com espinafre, macaxeira, batata inglesa e caldo de feijão. (Amassar)	Carne com abóbora, couve flor, repolho, arroz e caldo de feijão. (Amassar)	Sopa de frango com batata doce, brócolis, beterraba, arroz e caldo de feijão. (Amassar)	Sopa de carne com repolho, acelga, macaxeira, cenoura, espinafre e macarrão. (Amassar)	Sopa de frango com batata-doce, cenoura, espinafre, repolho, arroz e caldo de feijão. (Amassar)
Lanche	Papinha de goiaba	Manga	Pêra raspada	Suco de acerola	Banana e mamão amassados
Jantar	Sopa de feijão, macarrão, beterraba, vagem e chuchu.	Sopa de carne com batata doce, abobrinha, espinafre e beterraba.	Sopa de frango, chuchu, brócolis, batata doce e repolho.	Sopa de carne, macarrão, repolho, abobrinha, chuchu e cenoura.	Sopa de frango com batata inglesa, abóbora e espinafre.

Cardápio 2					
2ª e 4ª semana					
Refeição	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Lanche	Papinha de manga	Maçã	Banana amassada	Papinha de ameixa	Papinha de banana e maçã
Almoço	Sopa de carne com batata inglesa, cenoura, abobrinha, arroz e caldo de feijão. (Amassar)	Canja de frango com abóbora, repolho, beterraba e macarrão. (Amassar)	Sopa de carne com macaxeira, cenoura, arroz e caldo de feijão. (Amassar)	Sopa de frango com batata doce, brócolis, abóbora e macarrão. (Amassar)	Sopa de carne com inhame, abóbora, chuchu, espinafre, arroz e caldo de feijão. (Amassar)
Lanche	Papinha de maçã com banana	Suco de goiaba	Vitamina de frutas	Papinha de mamão e goiaba	Suco de acerola
Jantar	Sopinha de carne com macarrão, abóbora e acelga.	Sopa de frango, arroz, couve-flor, brócolis, beterraba e vagem.	Sopinha de carne, batata inglesa, inhame, cenoura e abobrinha.	Sopinha de frango com arroz, abobrinha, acelga, vagem e repolho.	Sopa de carne, arroz, abóbora, cenoura, chuchu e couve-flor.

O Café da Manhã é a principal refeição e de inteira responsabilidade dos pais ou responsáveis. No berçário a forma como as frutas são oferecidas são variadas, podem ser em pedaços, amassadas ou na forma de suco, consideramos a evolução do processo de mastigação, deglutição, aceitação da criança e sugestão dos pais e pediatras.

OBS: Alunos que possuam alergias ou intolerâncias, procurar a Nutricionista da Escola com Exames, orientações e atestado médico do pediatra responsável.

Elaborado por: Anna Paula Gonçalves - Nutricionista CRN: 12975