



Berçário (a partir de 1 ano) – Dezembro 2024



		Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
02 a 06	Colação	Manga	Pera	Maçã	Melão	Manga
	Almoço/Jantar	ovos cozidos, cubos de batata-doce, brócolis	espaguete com molho de tomate caseiro, carne desfiada com agrião	frango em cubos com batata, beterraba, cenoura	polenta com carne moída (enriquecida com abobrinha ralada), couve-flor	estrogonofe de frango com creme de abóbora e inhame, beterraba
	Sobremesa	melancia	manga	banana	maçã	mamão
	Lanche	pãozinho com queijo minas, maçã	pão de queijo, banana	torradinhas com requeijão, melão	frutas sortidas com flocos de milho (corn flakes)	queijo quente, pera
09 a 13	Colação	Maçã	Manga	Melão	Pera	Banana
	Almoço/Jantar	ovos mexidos com abobrinha ralada, purê de batata	espaguete com molho de tomate caseiro, frango com chuchu, cenoura	carne picada com agrião, cenoura, brócolis	estrogonofe de frango (com creme de abóbora e inhame), couve-flor	polenta com carne moída enriquecida com abobrinha ralada e espinafre, beterraba
	Sobremesa	banana	melancia	pera	manga	maçã
	Lanche	pãozinho com requeijão, melancia	frutas sortidas com flocos de milho (corn flakes)	queijo quente, uva cortada em 4	pão de queijo, melão	biscoito de polvilho, manga
16 a 20	Colação	Melancia	Mamão	Manga	Banana	Pera
	Almoço/Jantar	ovos cozidos, purê de batatas, beterraba	espaguete com molho de tomate caseiro e frango enriquecido com cenoura e repolho picadinho, couve-flor	frango enriquecido com cenoura e aipim, brócolis	almôndegas (carne moída enriquecida com beterraba), couve picadinha	estrogonofe de frango (com creme de abóbora e inhame), cenoura
	Sobremesa	pera	banana	melão	mamão	manga
	Lanche	biscoito de polvilho, maçã	queijo quente, melancia	frutas sortidas com flocos de milho (corn flakes)	torradinhas com azeite e orégano, manga	pão de queijo, melão

>> **TODOS OS DIAS SERÃO SERVIDOS ARROZ E FEIJÃO JUNTO ÀS DEMAIS PREPARAÇÕES.**

>> Eventualmente, algum item do cardápio poderá ser substituído por outro de idêntico valor nutritivo.

>> As crianças com restrições alimentares deverão trazer o parecer do pediatra responsável para acompanhamento da nutricionista.

NUTRICIONISTA ORKANDA MARQUES * CRN4 02100595

Instagram @omarquesnutri