



# Berçário (até 1 ano) – Dezembro 2024



	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	
02 a 06	Colação	Manga	Pera	Maçã	Melão	Manga
	Almoço/Jantar	ovos cozidos, batata-doce, brócolis	espaguete cortadinho com molho de tomate caseiro, carne desfiada com agrião	frango com batata, beterraba, cenoura	polenta com carne moída (enriquecida com abobrinha ralada), couve-flor	frango com creme de abóbora e inhame, beterraba
	Sobremesa	melancia	manga	banana	maçã	mamão
	Lanche	laranja e maçã	mamão e banana	melão e manga	Mix de frutas com aveia	maçã e pera
09 a 13	Colação	Maçã	Manga	Melão	Pera	Banana
	Almoço/Jantar	ovos mexidos com abobrinha ralada, purê de batata	espaguete cortadinho com molho de tomate caseiro, frango com chuchu, cenoura	carne picada com agrião, cenoura, brócolis	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	melancia e manga	Mix de frutas com aveia	maçã e uva cortada em 4	banana e melão	manga e laranja
16 a 20	Colação	Melancia	Mamão	Manga	Banana	Pera
	Almoço/Jantar	ovos cozidos, purê de batatas, beterraba	espaguete cortadinho 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	frango com creme de abóbora e inhame, cenoura
	Sobremesa	pera	banana	melão	mamão	manga
	Lanche	maçã e banana	melancia e pera	Mix de frutas com aveia	laranja e manga	banana e 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