

CARDÁPIO PARA BERCÁRIO I e II (a partir de 6 meses)
CENTROS DE EDUCAÇÃO INFANTIL/2021

Refeição	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Desjejum/ lanche 8:00 /13:15h 1ª semana	-Leite c/ fruta (papinha)	-Leite c/ fruta (papinha)	-Leite c/ fruta (papinha)	-Leite c/ fruta (papinha)	-Leite c/ fruta (papinha)
Almoço/ jantar 10:15/ 15:15 1ª semana	- Macarrão c/ carne moída - Lentilha - Sal beterraba	- Posta de cação assada desfiada; - Purê de batatas -Feijão salada de cenoura cozida	- Papa de arroz c/ feijão - Bife de fígado picadinho - Sal acelga	- Polenta c/ molho de frango -Feijão - Sal couve-flor, ou brócolis	- Papa de arroz c/ feijão - Omelete c/ legumes
Desjejum/ lanche 8:00h 13:15 h 2ª semana	-Leite c/ fruta (papinha)	-Leite c/ fruta (papinha)	-Leite c/ fruta (papinha)	-Leite c/ fruta (papinha)	-Leite c/ fruta (papinha)
Almoço/ jantar 10:15h 15:15 h 2ª semana	-Papa de arroz c/ feijão - Carne moída c/ legumes -sal tomate	- Arroz carreteiro (arroz + carne bov. desfiada) - Feijão - Sal pepino	- Purê de abobora com batata - Frango refogado c/ ora-pro-nóbis	- Papa de arroz c/ feijão - Abobrinha e repolho c/ ovos - Laranja	- Quirera c/ carne suína - Lentilha - Beterraba cozida

* As hortaliças a serem oferecidas na preparação salgada podem ser alteradas por outras da época, desde que fique bem colorido e bem variado (vagem, chuchu, batata salsa, aipim, espinafre, etc), lembrando sempre que o sal, açúcar e óleo devem ser utilizados na mínima quantidade, dando prioridade para temperos naturais como: salsa, cebolinha e cebola.

Giovana Andréa Zanini Kundlatsch
Nutricionista
CRN 10 - 0452