



1ª Semana

8h – Fórmula infantil ou suco de fruta

10h – Papa de arroz, feijão, carne, abóbora cabotiã

12h – Leite (soninho)

14h30 – Papa de goiaba

16h15 – Suco de fruta

8h – Fórmula infantil ou suco de fruta

10h – Papa de fubá com frango

12h – Leite (soninho)

14h30 – Papa de mamão

16h15 – Suco de fruta

8h – Fórmula infantil ou suco de fruta

10h – Papa arroz, feijão, pernil, mandioquinha, brócolis

12h – Leite (soninho)

14h30 – Papa de banana

16h15 – Suco de fruta

8h – Fórmula infantil ou suco de fruta

10h – Papa de arroz, feijão, frango, batata, cenoura

12h – Leite (soninho)

14h30 – Papa de manga

16h15 – Suco de fruta

2ª Semana

8h – Fórmula infantil ou suco de fruta

10h – Papa de arroz, feijão, gema cozida, beterraba, chuchu

12h – Leite (soninho)

14h30 – Papa de banana com aveia

16h15 – Suco de fruta

8h – Fórmula infantil ou suco de fruta

10h – Papa arroz, feijão, pernil, batata, cenoura

12h – Leite (soninho)

14h30 – Papa de pêra

16h15 – Suco de fruta

8h – Fórmula infantil ou suco de fruta

10h – Papa de macarrão com frango e legumes

12h – Leite (soninho)

14h30 – Papa de manga

16h15 – Suco de fruta

8h – Fórmula infantil ou suco de fruta

10h – Papa de arroz, feijão, carne, mandioquinha, couve

12h – Leite (soninho)

14h30 – Papa de maçã

16h15 – Suco de fruta

8h – Fórmula infantil ou suco de fruta

10h – Papa de arroz, feijão, frango, abobrinha, vagem

12h – Leite (soninho)

14h30 – Papa de mamão

16h15 – Suco de fruta

3ª Semana

8h – Fórmula infantil ou suco de fruta

10h – Papa de arroz, feijão, gema cozida, cenoura, inhame

12h – Leite (soninho)

14h30 – Papa de abacate

16h15 – Suco de fruta

8h – Fórmula infantil ou suco de fruta

10h – Papa de arroz, feijão, carne, abóbora cabotiã

12h – Leite (soninho)

14h30 – Papa de goiaba

16h15 – Suco de fruta

8h – Fórmula infantil ou suco de fruta

10h – Papa de fubá com frango

12h – Leite (soninho)

14h30 – Papa de mamão

16h15 – Suco de fruta

8h – Fórmula infantil ou suco de fruta

10h – Papa arroz, feijão, pernil, mandioquinha, brócolis

12h – Leite (soninho)

14h30 – Papa de banana

16h15 – Suco de fruta

8h – Fórmula infantil ou suco de fruta

10h – Papa de arroz, feijão, frango, batata, cenoura

12h – Leite (soninho)

14h30 – Papa de manga

16h15 – Suco de fruta

4ª Semana

8h – Fórmula infantil ou suco de fruta

10h – Papa de arroz, feijão, gema cozida, beterraba, chuchu

12h – Leite (soninho)

14h30 – Papa de banana com aveia

16h15 – Suco de fruta

8h – Fórmula infantil ou suco de fruta

10h – Papa arroz, feijão, pernil, batata, cenoura

12h – Leite (soninho)

14h30 – Papa de pêra

16h15 – Suco de fruta

8h – Fórmula infantil ou suco de fruta

10h – Papa de macarrão com frango e legumes

12h – Leite (soninho)

14h30 – Papa de manga

16h15 – Suco de fruta

8h – Fórmula infantil ou suco de fruta

10h – Papa de arroz, feijão, carne, mandioquinha, couve

12h – Leite (soninho)

14h30 – Papa de maça

16h15 – Suco de fruta

8h – Fórmula infantil ou suco de fruta

10h – Papa de arroz, feijão, frango, abobrinha, vagem

12h – Leite (soninho)

14h30 – Papa de mamão

16h15 – Suco de fruta

5ª Semana

8h – Fórmula infantil ou suco de fruta

10h – Papa de arroz, feijão, gema cozida, cenoura, inhame

12h – Leite (soninho)

14h30 – Papa de abacate

16h15 – Suco de fruta

8h – Fórmula infantil ou suco de fruta

10h – Papa de arroz, feijão, carne, abóbora cabotiã

12h – Leite (soninho)

14h30 – Papa de goiaba

16h15 – Suco de fruta

8h – Fórmula infantil ou suco de fruta

10h – Papa de fubá com frango

12h – Leite (soninho)

14h30 – Papa de mamão

16h15 – Suco de fruta

8h – Fórmula infantil ou suco de fruta

10h – Papa arroz, feijão, pernil, mandioquinha, brócolis

12h – Leite (soninho)

14h30 – Papa de banana

16h15 – Suco de fruta

8h – Fórmula infantil ou suco de fruta

10h – Papa de arroz, feijão, frango, batata, cenoura

12h – Leite (soninho)

14h30 – Papa de manga

16h15 – Suco de fruta

Observações:

O leite deverá ser fórmula adequada para a idade em copo (não utilizar mamadeira)

O suco deverá ser de fruta natural ou polpa.

A fórmula, o suco e a papa de fruta deverão ser servidos sem adição de açúcar.

Cardápio sujeito a alterações conforme disponibilidade de frutas, legumes e verduras e sob orientação da nutricionista.

Érika C. de Souza Pereira
CRN³ 33899
Nutricionista





1ª Semana

8h30 - Leite com cacau ou suco de fruta e biscoito

10h10 – Arroz, feijão, tirinhas de carne acebolada, purê de abóbora

14h30 – Pãozinho c/ manteiga e suco

16h – Fruta

8h30 – Leite com cacau ou suco de fruta e pão c/ manteiga

10h10 – Polenta com frango e salada de alface

14h30 – Vitamina de frutas e biscoito salgado

16h – Fruta

8h30 - Leite com cacau ou suco de fruta e biscoito

10h10 – Arroz, feijão, pernil ao molho de tomate, salada de alface

14h30 – Pãozinho c/ manteiga e suco

16h – Fruta

8h30 - Leite com cacau ou suco de fruta e pão c/ manteiga

10h10 – Arroz, feijão, tirinhas de frango grelhado, purê de batata

14h30 – Arroz-doce

16h – Fruta

2ª Semana

8h30 – Leite com Cacau ou suco de fruta e pão c/ manteiga

10h10 – Arroz, feijão, omelete com cheiro verde, legumes refogado (abobrinha e cenoura)

14h30 – Arroz-doce

16h – Fruta

8h30 – Leite com cacau ou suco de fruta e biscoito

10h10 – Arroz, feijão, iscas de pernil grelhado, salada de tomate com pepino

14h30 – Pãozinho com manteiga e suco

16h – Fruta

8h30 – Leite com cacau ou suco de fruta e pão c/ manteiga

10h10 – Canja de legumes com frango e arroz

14h30 – Suco e bolo

16h – Fruta

8h30 – Leite com cacau ou suco de fruta e biscoito

10h10 – Arroz, feijão, carne moída refogada com berinjela, salada de chicória

14h30 – Vitamina de frutas e biscoito salgado

16h – Fruta

8h30 - Leite com cacau ou suco de fruta e pão c/ manteiga

10h10 – Arroz, feijão, cubinhos de frango ao molho com legumes (abobrinha e vagem)

14h30 – Pãozinho c/ manteiga e suco

16h – Fruta

3ª Semana

8h30 – Leite com cacau ou suco de fruta e pão c/ manteiga

10h10 – Arroz com legumes, feijão, ovos mexidos com cenoura ralada

14h30 – Suco e bolo

16h – Fruta

8h30 - Leite com cacau ou suco de fruta e biscoito

10h10 – Arroz, feijão, tirinhas de carne acebolada, purê de abóbora

14h30 – Pãozinho c/ manteiga e suco

16h – Fruta

8h30 – Leite com cacau ou suco de fruta e pão c/ manteiga

10h10 – Polenta com frango e salada de alface

14h30 – Vitamina de frutas e biscoito salgado

16h – Fruta

8h30 - Leite com cacau ou suco de fruta e biscoito

10h10 – Arroz, feijão, pernil ao molho de tomate, salada de alface

14h30 – Pãozinho c/ manteiga e suco

16h – Fruta

8h30 - Leite com cacau ou suco de fruta e pão c/ manteiga

10h10 – Arroz, feijão, tirinhas de frango grelhado, purê de batata

14h30 – Arroz-doce

16h – Fruta

4ª Semana

8h30 – Leite com Cacau ou suco de fruta e pão c/ manteiga

10h10 – Arroz, feijão, omelete com cheiro verde, legumes refogado (abobrinha e cenoura)

14h30 – Arroz-doce

16h – Fruta

8h30 – Leite com cacau ou suco de fruta e biscoito

10h10 – Arroz, feijão, iscas de pernil grelhado, salada de tomate com pepino

14h30 – Pãozinho com manteiga e suco

16h – Fruta

8h30 – Leite com cacau ou suco de fruta e pão c/ manteiga

10h10 – Canja de legumes com frango e arroz

14h30 – Suco e bolo

16h – Fruta

8h30 – Leite com cacau ou suco de fruta e biscoito

10h10 – Arroz, feijão, carne moída refogada com berinjela, salada de chicória

14h30 – Vitamina de frutas e biscoito salgado

16h – Fruta

8h30 - Leite com cacau ou suco de fruta e pão c/ manteiga

10h10 – Arroz, feijão, cubinhos de frango ao molho com legumes (abobrinha e vagem)

14h30 – Pãozinho c/ manteiga e suco

16h – Fruta

5ª Semana

8h30 – Leite com cacau ou suco de fruta e pão c/ manteiga

10h10 – Arroz com legumes, feijão, ovos mexidos com cenoura ralada

14h30 – Suco e bolo

16h – Fruta

8h30 - Leite com cacau ou suco de fruta e biscoito

10h10 – Arroz, feijão, tirinhas de carne acebolada, purê de abóbora

14h30 – Pãozinho c/ manteiga e suco

16h – Fruta

8h30 – Leite com cacau ou suco de fruta e pão c/ manteiga

10h10 – Polenta com frango e salada de alface

14h30 – Vitamina de frutas e biscoito salgado

16h – Fruta

8h30 - Leite com cacau ou suco de fruta e biscoito

10h10 – Arroz, feijão, pernil ao molho de tomate, salada de alface

14h30 – Pãozinho c/ manteiga e suco

16h – Fruta

8h30 - Leite com cacau ou suco de fruta e pão c/ manteiga

10h10 – Arroz, feijão, tirinhas de frango grelhado, purê de batata

14h30 – Arroz-doce

16h – Fruta

Observações:

Sobremesa após o almoço: fruta

O suco deverá ser de fruta natural ou polpa.

Cardápio sujeito a alterações conforme disponibilidade de frutas, legumes e verduras e sob orientação da nutricionista.

Para o Grupo 1:

O suco de fruta deverá ser sem açúcar.

O leite servido deverá ser puro (sem açúcar) ou fórmula da criança (não utilizar mamadeira)

No lanche: pães (sem manteiga ou requeijão) e bolos sem adição de açúcar.

