

1ª Semana

	8h – Fórmula infantil ou suco de fruta	8h – Fórmula infantil ou suco de fruta	8h – Fórmula infantil ou suco de fruta	8h – Fórmula infantil ou suco de fruta
	10h – Papa arroz, feijão, frango, batata, abobrinha	10h – Papa de macarrão com carne e legumes	10h – Papa de arroz, feijão, pernil, mandioquinha, cenoura	10h – Papa de arroz, feijão, frango, batata, couve
	12h – Leite (soninho)	12h – Leite (soninho)	12h – Leite (soninho)	12h – Leite (soninho)
	14h30 – Papa de maça	14h30 – Papa de mamão	14h30 – Papa de banana	14h30 – Papa de caqui
	16h15 – Suco de fruta	16h15 – Suco de fruta	16h15 – Suco de fruta	16h15 – Suco de fruta

2ª Semana

8h – Fórmula infantil ou suco de fruta	8h – Fórmula infantil ou suco de fruta	8h – Fórmula infantil ou suco de fruta	8h – Fórmula infantil ou suco de fruta	8h – Fórmula infantil ou suco de fruta
10h – Papa de arroz, feijão, gema cozida, abobrinha, tomate	10h – Papa arroz, feijão, pernil, beterraba, cenoura	10h – Papa de fubá com carne e legumes	10h – Papa arroz, feijão, frango, batata, vagem	10h – Papa de arroz, feijão, carne, abóbora, couve
12h – Leite (soninho)	12h – Leite (soninho)	12h – Leite (soninho)	12h – Leite (soninho)	12h – Leite (soninho)
14h30 – Papa de banana com aveia	14h30 – Papa de abacate	14h30 – Papa de mamão	14h30 – Papa de maça	14h30 – Papa de tangerina
16h15 – Suco de fruta	16h15 – Suco de fruta	16h15 – Suco de fruta	16h15 – Suco de fruta	16h15 – Suco de fruta

3ª Semana

8h – Fórmula infantil ou suco de fruta	8h – Fórmula infantil ou suco de fruta	8h – Fórmula infantil ou suco de fruta	8h – Fórmula infantil ou suco de fruta	8h – Fórmula infantil ou suco de fruta
10h – Papa arroz, feijão, frango, batata, abobrinha	10h – Papa arroz, feijão, frango, abóbora e chuchu	10h – Papa de macarrão com carne e legumes	10h – Papa de arroz, feijão, pernil, mandioquinha, cenoura	10h – Papa de arroz, feijão, frango, batata, couve
12h – Leite (soninho)	12h – Leite (soninho)	12h – Leite (soninho)	12h – Leite (soninho)	12h – Leite (soninho)
14h30 – Papa de manga	14h30 – Papa de maça	14h30 – Papa de mamão	14h30 – Papa de banana	14h30 – Papa de caqui
16h15 – Suco de fruta	16h15 – Suco de fruta	16h15 – Suco de fruta	16h15 – Suco de fruta	16h15 – Suco de fruta

4ª Semana

8h – Fórmula infantil ou suco de fruta

10h – Papa de arroz, feijão, gema cozida, abobrinha, tomate

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, beterraba, cenoura

12h – Leite (soninho)

14h30 – Papa de abacate

16h15 – Suco de fruta

8h – Fórmula infantil ou suco de fruta

10h – Papa de fubá com carne e legumes

12h – Leite (soninho)

14h30 – Papa de mamão

16h15 – Suco de fruta

8h – Fórmula infantil ou suco de fruta

10h – Papa arroz, feijão, frango, batata, vagem

12h – Leite (soninho)

14h30 – Papa de maçã

16h15 – Suco de fruta

8h – Fórmula infantil ou suco de fruta

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

12h – Leite (soninho)

14h30 – Papa de tangerina

16h15 – Suco de fruta

5ª Semana

8h – Fórmula infantil ou suco de fruta

10h – Papa arroz, feijão, frango, batata, abobrinha

12h – Leite (soninho)

14h30 – Papa de manga

16h15 – Suco de fruta

8h – Fórmula infantil ou suco de fruta

10h – Papa arroz, feijão, frango, abóbora e chuchu

12h – Leite (soninho)

14h30 – Papa de maçã

16h15 – Suco de fruta

8h – Fórmula infantil ou suco de fruta

10h – Papa de macarrão com carne e legumes

12h – Leite (soninho)

14h30 – Papa de mamão

16h15 – Suco de fruta

8h – Fórmula infantil ou suco de fruta

10h – Papa de arroz, feijão, pernil, mandioquinha, cenoura

12h – Leite (soninho)

14h30 – Papa de banana

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. Souza Pereira
Nutricionista – CRN³ 33899



1ª Semana

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

10h10 – Arroz, feijão, tirinhas de frango grelhado, abobrinha refogada e salada de alface

14h30 – Pãozinho c/ manteiga e suco

16h – Fruta

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

10h10 – Macarrão com carne e legumes

14h30 – Suco e bolo de fubá

16h – Fruta

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

10h10 – Arroz, feijão, pernil refogado com tomate, milho cozido

14h30 – Vitamina de frutas e biscoito salgado

16h – Fruta

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

10h10 – Arroz, feijão, sobrecoxa assada, salada de couve

14h30 – Pãozinho com manteiga e suco

16h – Fruta

2ª Semana

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

10h10 – Arroz, feijão, omelete com salsinha, salada de tomate

14h30 – Arroz-doce

16h – Fruta

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

10h10 – Arroz, feijão, pernil cozido, salada de beterraba

14h30 – Pãozinho com manteiga e suco

16h – Fruta

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

10h10 – Polenta à bolonhesa, salada de chicória

14h30 – Suco e bolo

16h – Fruta

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

10h10 – Arroz, feijão, frango refogado, salada de legumes na manteiga (batata e vagem)

14h30 – Vitamina de frutas e biscoito salgado

16h – Fruta

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

10h10 – Arroz, feijão, carne moída refogada com abóbora, salada de alface

14h30 – Pãozinho c/ manteiga e suco

16h – Fruta

3ª Semana

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

10h10 – Arroz, feijão, ovos mexidos e salada de legumes (chuchu e cenoura)

14h30 – Mingau de côco

16h – Fruta

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

10h10 – Arroz, feijão, tirinhas de frango grelhado, abobrinha refogada e salada de alface

14h30 – Pãozinho c/ manteiga e suco

16h – Fruta

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

10h10 – Macarrão com carne e legumes

14h30 – Suco e bolo de fubá

16h – Fruta

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

10h10 – Arroz, feijão, pernil refogado com tomate, milho cozido

14h30 – Vitamina de frutas e biscoito salgado

16h – Fruta

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

10h10 – Arroz, feijão, sobrecoxa assada, salada de couve

14h30 – Pãozinho com manteiga e suco

16h – Fruta

4ª Semana

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

10h10 – Arroz, feijão,
omelete com
salsinha, salada de
tomate

14h30 – Arroz-doce

16h – Fruta

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

10h10 – Arroz, feijão,
pernil cozido, salada
de beterraba

14h30 – Pãozinho
com manteiga e suco

16h – Fruta

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

10h10 – Polenta à
bolonhesa, salada de
chicória

14h30 – Suco e bolo

16h – Fruta

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

10h10 – Arroz, feijão,
frango refogado,
salada de legumes na
manteiga (batata e
vagem)

14h30 – Vitamina de
frutas e biscoito
salgado

16h – Fruta

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

10h10 – Arroz, feijão,
carne moída
refogada com
abóbora, salada de
alface

14h30 – Pãozinho c/
manteiga e suco

16h – Fruta

5ª Semana

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

10h10 – Arroz, feijão,
ovos mexidos e
salada de legumes
(chuchu e cenoura)

14h30 – Mingau de
côco

16h – Fruta

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

10h10 – Arroz, feijão,
tirinhas de frango
grelhado, abobrinha
refogada e salada de
alface

14h30 – Pãozinho c/
manteiga e suco

16h – Fruta

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

10h10 – Macarrão
com carne e
legumes

14h30 – Suco e bolo
de fubá

16h – Fruta

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

10h10 – Arroz, feijão,
pernil refogado com
tomate, milho
cozido

14h30 – Vitamina de
frutas e biscoito
salgado

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.

