



CARDÁPIO

Janeiro - 2020

0 a 5 meses e 29 dias

Dia da Semana / Horário	08H00	10h00	12H00	13h30	15H00	17h30
Segunda	Fórmula Infantil 1 - 120ml pronto					
Terça	Fórmula Infantil 1 - 120ml pronto					
Quarta	Fórmula Infantil 1 - 120ml pronto					
Quinta	Fórmula Infantil 1 - 120ml pronto					
Sexta	Fórmula Infantil 1 - 120ml pronto					
Segunda	Fórmula Infantil 1 - 120ml pronto					
Terça	Fórmula Infantil 1 - 120ml pronto					
Quarta	Fórmula Infantil 1 - 120ml pronto					
Quinta	Fórmula Infantil 1 - 120ml pronto					
Sexta	Fórmula Infantil 1 - 120ml pronto					

OBS.: Não ofertar nenhum alimento ou água entre e após as refeições. Utilizar 5 medidas rasas de fórmula láctea de partida 1 para confecção das mamadeiras.

6 meses - 1ª e 2ª semana

Dia / Horário	08h00	10h00	13h30	14h30	15H00	16h30	17h30
Segunda	Fórmula Infantil 2 - 150ml	Maça raspadinha (1/2 unidade)	Fórmula Infantil 2 - 150ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 150ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 150ml
Terça	Fórmula Infantil 2 - 150ml	Banana amassadinha (1/2 unidade)	Fórmula Infantil 2 - 150ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 150ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 150ml
Quarta	Fórmula Infantil 2 - 150ml	Pera raspadinha (1/2 unidade)	Fórmula Infantil 2 - 150ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 150ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 150ml
Quinta	Fórmula Infantil 2 - 150ml	Mamao amassadinho (1 fatia pequena)	Fórmula Infantil 2 - 150ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 150ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 150ml
Sexta	Fórmula Infantil 2 - 150ml	Manga amassadinha (1 fatia pequena)	Fórmula Infantil 2 - 150ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 150ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 150ml
Segunda	Fórmula Infantil 2 - 150ml	Melão amassadinho (1 fatia pequena)	Fórmula Infantil 2 - 150ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 150ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 150ml
Terça	Fórmula Infantil 2 - 150ml	Banana amassadinha (1/2 unidade)	Fórmula Infantil 2 - 150ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 150ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 150ml
Quarta	Fórmula Infantil 2 - 150ml	melancia amassadinha (1 fatia pequena)	Fórmula Infantil 2 - 150ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 150ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 150ml
Quinta	Fórmula Infantil 2 - 150ml	Maça raspadinha (1/2 unidade)	Fórmula Infantil 2 - 150ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 150ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 150ml
Sexta	Fórmula Infantil 2 - 150ml	Mamao amassadinho (1 fatia pequena)	Fórmula Infantil 2 - 150ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 150ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 150ml

Recomendações:

Utilizar 5 medidas rasas de fórmula láctea de seguimento 2 para confecção das mamadeiras;

Servir de 100ml de água entre as refeições na mamadeira. Às 12:30 servir água para os bebês que estiverem acordados;

Para uma maior aceitação do Bebê e análise alergênica, foi incluso a mesma fruta e legumes em 2 dias seguidos;

Não servir para o berçário, chá, café, café c/ leite, embutidos, frituras e guloseimas - seguir o cardápio.

Bruna Sampaio
Nutricionista
CRN3: 20868

6 meses – 3ª semana e 4ª semana

Dia / Horário	08h00	09h00	10h00	10h00	12h30	13h30	14h30	15H00	16h30	17h30
Segunda	Fórmula Infantil 2 - 150ml	Papinha de manga	Papa de batata, cenoura, frango desfiado, feijão carioca (1 concha cheia - 100gr)	Água - 100ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 150ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 150ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 150ml
Terça	Fórmula Infantil 2 - 150ml	Papinha de melancia	Papa de fubá com ovo e couve (1 concha cheia - 100gr)	Água - 100ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 150ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 150ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 150ml
Quarta	Fórmula Infantil 2 - 150ml	Laranja lima (1/2 unidade)	Papa de chuchu, mandioca, cenoura, feijão carioca, carne bovina, feijão branco (1 concha media 100 gramas)	Água - 100ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 150ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 150ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 150ml
Quinta	Fórmula Infantil 2 - 150ml	Papinha de pera	Papa de inhame, beterraba, ovo, grão de bico (1 concha media)	Água - 100ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 150ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 150ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 150ml
Sexta	Fórmula Infantil 2 - 150ml	Papinha de mamão	Papa de arroz, ervilha, carne moída, vagem, espinafre e abobora (1 concha media 100 gramas)	Água - 100ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 150ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 150ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 150ml

Recomendações:

Utilizar 5 medidas rasas de fórmula láctea de seguimento 2 para confecção das mamadeiras;

Não Liquidificar as papinhas, AMASSAR os legumes com o garfo

A consistência deverá ser em forma de purê molinho, sempre firme, nunca rala como caldos e sopas. Os legumes deverão ser muito bem cozidos;

Adicionar 2 gotas de limão no momento de servir;

As papas devem ser feitas com ingredientes naturais (alho, cebola, óleo, nunca ingredientes industrializados) - SEM SAL;

Respeitar as quantidades informadas acima;

Servir de 100ml de água entre as refeições na mamadeira. Às 12:30 servir água para os bebês que estiverem acordados;

Não adicionar água e/ou açúcar nas frutas e sucos;

Não servir para o berçário, chá, café, café c/ leite, açúcar, embutidos, frituras e guloseimas;



Bruna Gampietro
Nutricionista
CRN3:28489

7 a 9 meses - 1ª quinzena

Dia / Horário	08h00	09h00	10h00	10h40	12h30	13h30	14h30	15h00	15h30	17h30
01/01 Terça feira	Fórmula Infantil 2 - 180ml	Água - 100ml	Batata, abobrinha, tomate e frango (2 conchas cheias) / Banana amassada (1/2 unidade)	Água - 100ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 180ml	Água - 100ml	Lentilha, inhame, beterraba e carne moída (2 conchas cheias - 200gr) / abacate amassadinho (1 fatia)	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 180ml
02/01 Quarta Feira	Fórmula Infantil 2 - 180ml	Água - 100ml	Sopa de batata, chuchu, cenoura, frango, feijão branco (2 conchas cheias amassada) maçã raspadinha (1/2 unidade)	Água - 100ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 180ml	Água - 100ml	Sopa de carne, feijão, macarrão, cenoura, batata doce e tomate (2 conchas cheias - 200gr) / Banana amassadinho (1/2 pedaço)	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 180ml
03/01 Quinta feira	Fórmula Infantil 2 - 180ml	Água - 100ml	Sopa de mandiquinha, abobrinha, lentilha, arroz e carne / 2 conchas cheias amassada/ manga (1 fatia amassada)	Água - 100ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 180ml	Água - 100ml	Sopa de batata, chuchu, cenoura, frango, feijão branco (2 conchas cheias amassada) maçã raspadinha (1/2 unidade)	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 180ml
04/01 Sexta feira	Fórmula Infantil 2 - 180ml	Água - 100ml	Sopa de inhame, cenoura e chuchu com frango, feijão e macarrão / 2 conchas cheias amassada/ pêra raspadinha (1/2 unidade)	Água - 100ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 180ml	Água - 100ml	Sopa de frango, arroz, abóbora, mandioca e quiabo (2 conchas cheias - 200gr) / banana amassadinho (1 unidade)	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 180ml
07/01 Segunda feira	Fórmula Infantil 2 - 180ml	Água - 100ml	Sopa de Mandioca, beterraba, abobrinha, ervilha e gema de ovo/ 2 conchas cheias amassada/ Melão (1 fatia amassadinho)	Água - 100ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 180ml	Água - 100ml	Sopa de feijão, macarrão, cenoura, batata ovo e abobrinha (2 conchas cheias - 200gr) / abacate amassadinho (1 fatia)	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 180ml
08/01 Terça feira	Fórmula Infantil 2 - 180ml	Água - 100ml	Sopa de espinafre, Batata, cenoura, carne e caldo de feijão (2 conchas cheias amassada) banana (1/2 unidade)	Água - 100ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 180ml	Água - 100ml	Sopa de peixe, arroz, abóbora, cará e couve-flor (2 conchas cheias - 200gr) / manga amassadinho (1 fatia)	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 180ml
09/01 Quarta feira	Fórmula Infantil 2 - 180ml	Água - 100ml	Sopa de carne, feijão, macarrão, cenoura, batata doce e tomate (2 conchas cheias - 200gr) / Banana amassadinho (1/2 pedaço)	Água - 100ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 180ml	Água - 100ml	Sopa de macarrão, cenoura, cará e abobrinha e ovo (2 conchas cheias - 200gr) / maçã raspadinha (1/2 unidade)	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 180ml
10/01 Quinta feira	Fórmula Infantil 2 - 180ml	Água - 100ml	Sopa de batata, chuchu, cenoura, frango, feijão branco (2 conchas cheias amassada) maçã raspadinha (1/2 unidade)	Água - 100ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 180ml	Água - 100ml	Sopa de frango, feijão preto, macarrão, cenoura, batata doce e beterraba (2 conchas cheias - 200gr) / abacate amassadinho (1 fatia)	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 180ml
11/01 Sexta feira	Fórmula Infantil 2 - 180ml	Água - 100ml	Sopa de frango, arroz, abóbora, mandioca e quiabo (2 conchas cheias - 200gr) / banana amassadinho (1 unidade)	Água - 100ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 180ml	Água - 100ml	Papinha de carne, macarrão, cenoura, batata doce e tomate (2 conchas cheias - 200gr) / melão amassadinho (1 fatia)	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 180ml
14/11 Quinta feira	Fórmula Infantil 2 - 180ml	Água - 100ml	Sopa de carne moída, feijão, macarrão, cenoura, batata e abobrinha (2 conchas cheias - 200gr) / abacate amassadinho (1 fatia)	Água - 100ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 180ml	Água - 100ml	Sopa de arroz, abóbora, inhame e vagem (2 conchas cheias - 200gr) / melancia amassadinho (1 fatia)	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 180ml
15/01 Sexta feira	Fórmula Infantil 2 - 180ml	Água - 100ml	Sopa de frango, arroz, abóbora, cará e couve-flor (2 conchas cheias - 200gr) / manga amassadinho (1 fatia)	Água - 100ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 180ml	Água - 100ml	Sopa de mandioca, espinafre e carne moída (2 conchas cheias 200 gr) / Banana maçã amassada (1/2 unidade)	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 180ml
16/01 Segunda feira	Fórmula Infantil 2 - 180ml	Água - 100ml	Sopa de macarrão, abóbora, batata, brocolis e carne (200 gramas - 2 conchas) - Pera raspadinha (1/2 unidade)	Água - 100ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 180ml	Água - 100ml	Arroz, frango, beterraba, brocolis e cenoura (200 gramas 2 conchas) - mamão amassadinho (1 fatia p)	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 180ml
17/01 Terça feira	Fórmula Infantil 2 - 180ml	Água - 100ml	Sopa de Fubá, espinafre, cenoura e ovo (200 gramas - 2 conchas) - banana amassadinho (1/2 unidade)	Água - 100ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 180ml	Água - 100ml	Sopa de macarrão, carne, feijão, couve flor, cenoura e chuchu (200 gramas - 2 conchas) - manga amassadinho (1 fatia p)	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 180ml

Recomendações:

Utilizar 7 medidas rasas de fórmula láctea de seguimento 2 para confecção das mamadeiras;

Amassar bem a papinha no início (purê consistente) e amassar um pouco menos a cada semana, para evoluir a consistência;

Adicionar 2 gotas de limão no momento de servir;

A carne moída não deverá ter grumos, e o frango e a carne deverão ser desfiados e depois cortados. Não servir clara de ovo, apenas a gema, sem muito bem cozida (nunca molinha);

As papinhas devem ser feitas com ingredientes naturais (alho, cebola, óleo, nunca ingredientes industrializados) - SEM SAL. Respeitar as quantidades informadas acima;

A partir do 8º mês os líquidos (água, sucos, leite) devem ser ofertados em copos de transição.

Servir de 100ml de água entre as refeições. Às 12:30 servir água para os bebês que estiverem acordados;

Não adicionar água e/ou açúcar nas frutas e sucos;

Não servir para o berçário, chá, café, café c/ leite, açúcar, embutidos, frituras e guloseimas;



BRUNA GAMPETRO
NUTRICIONISTA
CRN3-28489

7 a 9 meses - 2ª quinzena

Dia / Horário	08h00	09h00	10h00	10h40	12h30	13h30	14h30	15h00	15h30	17h30
20/01 Segunda feira	Fórmula Infantil 2 - 180ml	Água - 100ml	Sopa de feijão preto, macarrão, cenoura, batata doce e couve (2 conchas cheias - 200gr) / abacate amassadinho (1 fatia)	Água - 100ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 180ml	Água - 100ml	Sopa de arroz, abóbora, batata doce e ervilha torta (2 conchas cheias - 200gr) / banana amassadinha (1 unidade)	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 180ml
21/01 Terça feira	Fórmula Infantil 2 - 180ml	Água - 100ml	Sopa de batata, chuchu, cenoura, frango, feijão branco (2 conchas cheias amassada) maçã raspadinha (1/2 unidade)	Água - 100ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 180ml	Água - 100ml	Sopa de arroz, abóbora, batata doce e beterraba (2 conchas cheias - 200gr) / manga amassadinha (1 fatia)	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 180ml
22/01 Quarta feira	Fórmula Infantil 2 - 180ml	Água - 100ml	Inhame, cenoura, abobrinha, repolho e carne moída (2 conchas cheias) / Melão (1 fatia amassada)	Água - 100ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 180ml	Água - 100ml	Ovo, arroz, cenoura e vagem (2 conchas cheias - 200gr) / melancia amassadinha (1 fatia)	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 180ml
23/01 Quinta feira	Fórmula Infantil 2 - 180ml	Água - 100ml	Arroz, feijão, beterraba e ovo (2 conchas cheias) / mamão amassadinho (1 fatia)	Água - 100ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 180ml	Água - 100ml	fuba, cenoura, couve, tomate e carne (2 conchas cheias - 200gr) / melão amassadinho (1 fatia)	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 180ml
24/01 Sexta feira	Fórmula Infantil 2 - 180ml	Água - 100ml	Mandiocinha, feijão, abobrinha, espinafre e carne moída (2 conchas cheias) - melancia amassadinha (1 fatia P)	Água - 100ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 180ml	Água - 100ml	escarola, cenoura, mandioca e frango (2 conchas cheias - 200gr) / banana amassadinha (1 unidade)	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 180ml
27/01 Segunda feira	Fórmula Infantil 2 - 180ml	Água - 100ml	Sopa de feijão, macarrão, cenoura, batata e abobrinha (2 conchas cheias - 200gr) / mamão amassadinho (1 fatia)	Água - 100ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 180ml	Água - 100ml	Sopa de abóbora, cará, carne e abobrinha (2 conchas cheias - 200gr) / mamão amassadinho (1 fatia)	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 180ml
28/01 Terça feira	Fórmula Infantil 2 - 180ml	Água - 100ml	Sopa de carne, feijão preto, arroz, abóbora, cará e couve-flor (2 conchas cheias - 200gr) / manga amassadinha (1 fatia)	Água - 100ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 180ml	Água - 100ml	Sopa de frango, macarrão, cenoura, inhame e couve-flor (2 conchas cheias - 200gr) / banana amassadinha (1 unidade)	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 180ml
29/01 Quarta feira	Fórmula Infantil 2 - 180ml	Água - 100ml	Sopa de feijão, ovo, macarrão, cenoura, cará e abobrinha (2 conchas cheias - 200gr) / maçã raspadinha (1/2 unidade)	Água - 100ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 180ml	Água - 100ml	Sopa de batata, abóbora, brocolis, frango, caldo de feijão branco (2 conchas cheias amassada) manga amassadinha (1 fatia)	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 180ml
30/01 Quinta feira	Fórmula Infantil 2 - 180ml	Água - 100ml	Sopa de frango, feijão preto, macarrão, cenoura, batata doce e beterraba (2 conchas cheias - 200gr) / abacate amassadinho (1 fatia)	Água - 100ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 180ml	Água - 100ml	Papinha de fubá com espinafre, cenoura e carne (2 conchas cheias - 200 gr) Manga amassadinha (1 fatia)	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 180ml
31/01 Sexta feira	Fórmula Infantil 2 - 180ml	Água - 100ml	Sopa de Batata, cenoura, chuchu, feijão branco e carne (2 conchas cheias amassada) Banana amassadinha	Água - 100ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 180ml	Água - 100ml	Sopa de Batata, cenoura, chuchu, feijão fradinho e carne (2 conchas cheias amassada) Pera raspadinha	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 180ml

Recomendações:

Utilizar 7 medidas rasas de fórmula láctea de seguimento 2 para confecção das mamadeiras;

Amassar bem a papinha no início (purê consistente) e amassar um pouco menos a cada semana, para evoluir a consistência;

Adicionar 2 gotas de limão no momento de servir;

A carne moída não deverá ter grumos, e o frango e a carne deverão ser desfiados e depois cortados. Não servir clara de ovo, apenas a gema, sem muito bem cozida (nunca molinha);

As papinhas devem ser feitas com ingredientes naturais (alho, cebola, óleo, nunca ingredientes industrializados) - SEM SAL. Respeitar as quantidades informadas acima;

A partir do 8º mês os líquidos (água, sucos, leite) devem ser ofertados em copos de transição.

Servir de 100ml de água entre as refeições. Às 12:30 servir água para os bebês que estiverem acordados;

Não adicionar água e/ou açúcar nas frutas e sucos;

Não servir para o berçário, chá, café, café c/ leite, açúcar, embutidos, frituras e guloseimas;



Bruna Gambietro
Nutricionista
CRN3:28489

10 a 11 meses - 1ª quinzena

Dia / Horário	08h00	09h00	10h00	10h40	12h30	13h30	14h30	15h00	15h30	17h30
01/01 Terça feira	Fórmula Infantil 2 - 200ml	Água - 100ml	Batata, abobrinha, tomate e frango (2 conchas cheias) / Banana amassada (1/2 unidade)	Água - 100ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 200ml	Água - 100ml	Lentilha, inhame, beterraba e carne moída (2 conchas cheias - 200gr) / abacate amassadinho (1 fatia)	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 200ml
02/01 Quarta Feira	Fórmula Infantil 2 - 200ml	Água - 100ml	Sopa de batata, chuchu, cenoura, frango, feijão branco (2 conchas cheias amassada) maçã raspadinha (1/2 unidade)	Água - 100ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 200ml	Água - 100ml	Sopa de carne, feijão, macarrão, cenoura, batata doce e tomate (2 conchas cheias - 200gr) / Banana amassadinho (1/2 pedaço)	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 200ml
03/01 Quinta feira	Fórmula Infantil 2 - 200ml	Água - 100ml	Sopa de mandiquinha, abobrinha, lentilha, arroz e carne / 2 conchas cheias amassada/ manga (1 fatia amassada)	Água - 100ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 200ml	Água - 100ml	Sopa de batata, chuchu, cenoura, frango, feijão branco (2 conchas cheias amassada) maçã raspadinha (1/2 unidade)	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 200ml
04/01 Sexta feira	Fórmula Infantil 2 - 200ml	Água - 100ml	Sopa de inhame, cenoura e chuchu com frango, feijão e macarrão / 2 conchas cheias amassada/ pêra raspadinha (1/2 unidade)	Água - 100ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 200ml	Água - 100ml	Sopa de frango, arroz, abóbora, mandioca e quiabo (2 conchas cheias - 200gr) / banana amassadinho (1 unidade)	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 200ml
07/01 Segunda feira	Fórmula Infantil 2 - 200ml	Água - 100ml	Sopa de Mandioca, beterraba, abobrinha, ervilha e gema de ovo/ 2 conchas cheias amassada/ Melão (1 fatia amassadinho)	Água - 100ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 200ml	Água - 100ml	Sopa de feijão, macarrão, cenoura, batata ovo e abobrinha (2 conchas cheias - 200gr) / abacate amassadinho (1 fatia)	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 200ml
08/01 Terça feira	Fórmula Infantil 2 - 200ml	Água - 100ml	Sopa de espinafre, Batata, cenoura, carne e caldo de feijão (2 conchas cheias amassada) banana (1/2 unidade)	Água - 100ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 200ml	Água - 100ml	Sopa de peixe, arroz, abóbora, cará e couve-flor (2 conchas cheias - 200gr) / manga amassadinho (1 fatia)	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 200ml
09/01 Quarta feira	Fórmula Infantil 2 - 200ml	Água - 100ml	Sopa de carne, feijão, macarrão, cenoura, batata doce e tomate (2 conchas cheias - 200gr) / Banana amassadinho (1/2 pedaço)	Água - 100ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 200ml	Água - 100ml	Sopa de macarrão, cenoura, cará e abobrinha e ovo (2 conchas cheias - 200gr) / maçã raspadinha (1/2 unidade)	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 200ml
10/01 Quinta feira	Fórmula Infantil 2 - 200ml	Água - 100ml	Sopa de batata, chuchu, cenoura, frango, feijão branco (2 conchas cheias amassada) maçã raspadinha (1/2 unidade)	Água - 100ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 200ml	Água - 100ml	Sopa de frango, feijão preto, macarrão, cenoura, batata doce e beterraba (2 conchas cheias - 200gr) / abacate amassadinho (1 fatia)	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 200ml
11/01 Sexta feira	Fórmula Infantil 2 - 200ml	Água - 100ml	Sopa de frango, arroz, abóbora, mandioca e quiabo (2 conchas cheias - 200gr) / banana amassadinho (1 unidade)	Água - 100ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 200ml	Água - 100ml	Papinha de carne, macarrão, cenoura, batata doce e tomate (2 conchas cheias - 200gr) / melão amassadinho (1 fatia)	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 200ml
14/11 Quinta feira	Fórmula Infantil 2 - 200ml	Água - 100ml	Sopa de carne moída, feijão, macarrão, cenoura, batata e abobrinha (2 conchas cheias - 200gr) / abacate amassadinho (1 fatia)	Água - 100ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 200ml	Água - 100ml	Sopa de arroz, abóbora, inhame e vagem (2 conchas cheias - 200gr) / melancia amassadinho (1 fatia)	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 200ml
15/01 Sexta feira	Fórmula Infantil 2 - 200ml	Água - 100ml	Sopa de frango, arroz, abóbora, cará e couve-flor (2 conchas cheias - 200gr) / manga amassadinho (1 fatia)	Água - 100ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 200ml	Água - 100ml	Sopa de mandioca, espinafre e carne moída (2 conchas cheias 200 gr)/Banana maçã amassada (1/2 unidade)	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 200ml
16/01 Segunda feira	Fórmula Infantil 2 - 200ml	Água - 100ml	Sopa de macarrão, abobora, batata, brocolis e carne (200 gramas - 2 conchas) - Pera raspadinha (1/2 unidade)	Água - 100ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 200ml	Água - 100ml	Arroz, frango, beterraba, brocolis e cenoura (200 gramas 2 conchas) - mamão amassadinho (1 fatia p)	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 200ml
17/01 Terça feira	Fórmula Infantil 2 - 200ml	Água - 100ml	Sopa de Fubá, espinafre, cenoura e ovo (200 gramas - 2 conchas) - banana amassadinho (1/2 unidade)	Água - 100ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 200ml	Água - 100ml	Sopa de macarrão, carne, feijão, couve flor, cenoura e chuchu (200 gramas - 2 conchas) - manga amassadinho (1 fatia p)	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 200ml

Utilizar 7 medidas rasas de fórmula láctea de seguimento 2 para confecção das mamadeiras;

Sopinha com pedaços pequenos e muito bem cozido, as frutas devem ser servidas em cubinhos ao invés de amassa-las.

Adicionar 2 gotas de limão no momento de servir;

A carne moída não deverá ter grumos, e o frango e a carne deverão ser desfiados e depois cortados. Oferecer ovos inteiros (gema e clara);

As sopinhas devem ser feitas com ingredientes naturais (alho, cebola, óleo, nunca ingredientes industrializados) - SEM SAL. Respeitar as quantidades informadas acima;

Servir de 100ml de água entre as refeições. Às 12:30 servir água para os bebês que estiverem acordados;

Não adicionar água e/ou açúcar nas frutas e sucos;



BRUNA GAMPETRO
Nutricionista
CRN3-28489

10 a 11 meses - 2ª quinzena

Dia / Horário	08h00	09h00	10h00	10h40	12h30	13h30	14h30	15h00	15h30	17h30
20/01 Segunda feira	Fórmula Infantil 2 - 200ml	Água - 100ml	Sopa de feijão preto, macarrão, cenoura, batata doce e couve (2 conchas cheias - 200gr) / abacate amassadinho (1 fatia)	Água - 100ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 200ml	Água - 100ml	Sopa de arroz, abóbora, batata doce e ervilha torta (2 conchas cheias - 200gr) / banana amassadinha (1 unidade)	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 200ml
21/01 Terça feira	Fórmula Infantil 2 - 200ml	Água - 100ml	Sopa de batata, chuchu, cenoura, frango, feijão branco (2 conchas cheias amassada) maçã raspadinha (1/2 unidade)	Água - 100ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 200ml	Água - 100ml	Sopa de arroz, abóbora, batata doce e beterraba (2 conchas cheias - 200gr) / manga amassadinha (1 fatia)	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 200ml
22/01 Quarta feira	Fórmula Infantil 2 - 200ml	Água - 100ml	Inhame, cenoura, abobrinha, repolho e carne moída (2 conchas cheias) / Melão (1 fatia amassada)	Água - 100ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 200ml	Água - 100ml	Ovo, arroz, cenoura e vagem (2 conchas cheias - 200gr) / melancia amassadinha (1 fatia)	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 200ml
23/01 Quinta feira	Fórmula Infantil 2 - 200ml	Água - 100ml	Arroz, feijão, beterraba e ovo (2 conchas cheias) / mamão amassadinho (1 fatia)	Água - 100ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 200ml	Água - 100ml	fuba, cenoura, couve, tomate e carne (2 conchas cheias - 200gr) / melão amassadinho (1 fatia)	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 200ml
24/01 Sexta feira	Fórmula Infantil 2 - 200ml	Água - 100ml	Mandiocquinha, feijão, abobrinha, espinafre e carne moída (2 conchas cheias) - melancia amassadinha (1 fatia P)	Água - 100ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 200ml	Água - 100ml	escarola, cenoura, mandioca e frango (2 conchas cheias - 200gr) / banana amassadinha (1 unidade)	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 200ml
27/01 Segunda feira	Fórmula Infantil 2 - 200ml	Água - 100ml	Sopa de feijão, macarrão, cenoura, batata e abobrinha (2 conchas cheias - 200gr) / mamão amassadinho (1 fatia)	Água - 100ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 200ml	Água - 100ml	Sopa de abóbora, cará, carne e abobrinha (2 conchas cheias - 200gr) / mamão amassadinho (1 fatia)	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 200ml
28/01 Terça feira	Fórmula Infantil 2 - 200ml	Água - 100ml	Sopa de carne, feijão preto, arroz, abóbora, cará e couve-flor (2 conchas cheias - 200gr) / manga amassadinha (1 fatia)	Água - 100ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 200ml	Água - 100ml	Sopa de frango, macarrão, cenoura, inhame e couve-flor (2 conchas cheias - 200gr) / banana amassadinha (1 unidade)	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 200ml
29/01 Quarta feira	Fórmula Infantil 2 - 200ml	Água - 100ml	Sopa de feijão, ovo, macarrão, cenoura, cará e abobrinha (2 conchas cheias - 200gr) / maçã raspadinha (1/2 unidade)	Água - 100ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 200ml	Água - 100ml	Sopa de batata, abóbora, brócolis, frango, caldo de feijão branco (2 conchas cheias amassada) manga amassadinha (1 fatia)	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 200ml
30/01 Quinta feira	Fórmula Infantil 2 - 200ml	Água - 100ml	Sopa de frango, feijão preto, macarrão, cenoura, batata doce e beterraba (2 conchas cheias - 200gr) / abacate amassadinho (1 fatia)	Água - 100ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 200ml	Água - 100ml	Papinha de fubá com espinafre, cenoura e carne (2 conchas cheias - 200 gr) Manga amassadinha (1 fatia)	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 200ml
31/01 Sexta feira	Fórmula Infantil 2 - 200ml	Água - 100ml	Sopa de Batata, cenoura, chuchu, feijão branco e carne (2 conchas cheias amassada) Banana amassadinha	Água - 100ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 200ml	Água - 100ml	Sopa de Batata, cenoura, chuchu, feijão fradinho e carne (2 conchas cheias amassada) Pera raspadinha	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 200ml

Recomendações:

Utilizar 7 medidas rasas de fórmula láctea de seguimento 2 para confecção das mamadeiras;

Sopinha com pedaços pequenos e muito bem cozido, as frutas devem ser servidas em cubinhos ao invés de amassa-las.

Adicionar 2 gotas de limão no momento de servir;

A carne moída não deverá ter grumos, e o frango e a carne deverão ser desfiados e depois cortados. Oferecer ovos inteiros (gema e clara);

As sopinhas devem ser feitas com ingredientes naturais (alho, cebola, óleo, nunca ingredientes industrializados) - SEM SAL. Respeitar as quantidades informadas acima;

Servir de 100ml de água entre as refeições. Às 12:30 servir água para os bebês que estiverem acordados;

Não adicionar água e/ou açúcar nas frutas e sucos;



Bruna Gampietro
Nutricionista
CRN3-28489

MATERNAL - 1ª quinzena 1º fase

Dia da Semana	Desjejum 07h30	Hidratação 09h00	Almoço - 09h50	Hidratação 09h50	Lanche da tarde 13h30	Hidratação 13h50	Jantar 14h50	Hidratação 14h50	Ceia 17h30
01/ian	DIA SEM EXPEDIENTE								
02/01 Quinta feira	Leite puro/ Biscoito cream cracker	Água - 200ml	Arroz/Feijão/Carne Moída com legumes/Salada de alface c/ tomate/fruta	Água - 200ml	Danone de Inhame com manga	Água - 200ml	Sopa de feijão, carne, macarrão, batata e cenoura	Água - 200ml	Leite puro/Pão francês com margarina
03/01 Sexta feira	Leite puro/ Pão com margarina	Água - 200ml	Arroz/Feijão/Polenta ao molho de frango/Salada de escarola c/ tomate/fruta	Água - 200ml	leite c/ puro/Biscoito cream cracker	Água - 200ml	Sopa creme de legumes/fruta	Água - 200ml	Chá com Biscoito maria
06/01 Segunda feira	Leite puro/Biscoito Maria	Água - 200ml	Macarrão a bolonhesa/Salada de repolho bicolor/fruta	Água - 200ml	Chá de cidreira/Bolo de beterraba	Água - 200ml	Sopa de fubá com carne e espinafre	Água - 200ml	leite puro com Biscoito Maria
07/01 Terça feira	Leite puro/ Pão com Margarina	Água - 200ml	Arroz/Feijão preto/Farofa de linguíça de frango/Salada de pepino c/ tomate/fruta	Água - 200ml	Vitamina de frutas	Água - 200ml	Sopa de grão de bico com carne, inhame e cenoura/fruta	Água - 200ml	Leite c/ sucrilhos
08/01 Quarta feira	Leite Puro/Biscoito cream cracker	Água - 200ml	Arroz/feijão/Quibe assado/Salada de beterraba cozida/fruta	Água - 200ml	Mingau de aveia	Água - 200ml	Sopa creme de abobora com carne e couve	Água - 200ml	Leite puro/ Pão frances com geleia
09/01 Quinta feira	Leite puro/ Pão com Margarina	Água - 200ml	Arroz/Feijão/Lasanha de frango/Salada de alface c/ tomate/fruta	Água - 200ml	Chá de camomila/Biscoito maisena	Água - 200ml	Sopa de mandioca com escarola/fruta	Água - 200ml	Chá de erva doce/Bolo de banana
10/01 Sexta feira	Leite Puro/Biscoito Maisena	Água - 200ml	Arroz/Feijão/Carne em cubos com brocolis/Fruta	Água - 200ml	Leite c/ achocolatado/Pão pulman com requeijão	Água - 200ml	Sopa de ervilha, carne, macarrão, batata, cenoura e chuchu/	Água - 200ml	Vitamina de banana com aveia
13/01 Segunda feira	Leite puro/ Pão com Margarina	Água - 200ml	Arroz/Feijão/Ovos cozidos/Salada de batata c/ cenoura/fruta	Água - 200ml	Leite com sucrilhos s/ açúcar	Água - 200ml	Sopa de carne, arroz, abóbora, cará e abobrinha/fruta	Água - 200ml	Suco de inhame com laranja/Biscoito cream cracker
14/01 Terça feira	Leite puro/ Biscoito cream cracker	Água - 200ml	Arroz/Feijão/Carne louca com batata/Salada de alface c/ tomate/Fruta	Água - 200ml	Chá camomila/Torta de legumes	Água - 200ml	Sopa creme de batata com alho poro	Água - 200ml	Leite puro/Biscoito cream cracker
15/01 Quarta feira	Leite puro/ Pão com Margarina	Água - 200ml	Arroz/Feijão/Frango com abobora/Salada de alface c/ tomate/fruta	Água - 200ml	leite com sucrilhos s/ açúcar	Água - 200ml	Sopa de feijão c/ macarrão e legumes/fruta	Água - 200ml	Vitamina de frutas
16/01 Quinta feira	Leite puro/ Biscoito Maisena	Água - 200ml	Arroz c/ cenoura/Feijão/ Torta Madalena/Fruta	Água - 200ml	Chá de camomila/Pão com margarina	Água - 200ml	Sopa de fubá com ovo	Água - 200ml	Mingau de aveia
17/01 Sexta feira	Leite puro/ Pão com Margarina	Água - 200ml	Arroz/Feijão/Coxinha da asa assado/Creme de milho/Fruta	Água - 200ml	Leite puro/Biscoito cream cracker	Água - 200ml	Sopa de ervilha com legumes e macarrão/Fruta	Água - 200ml	Chá de erva doce/Biscoito polvilho

MATERNAL - 2ª quinzena 1º fase

Dia da Semana	Desjejum 07h30	Hidratação 09h00	Almoço - 09h50	Hidratação 09h50	Lanche da tarde 13h30	Hidratação 13h50	Jantar 14h50	Hidratação 14h50	Ceia 17h30
20/01 Segunda feira	Leite puro/ Pão com Margarina	Água - 200ml	Risoto de frango/Feijão/Salada de acelga c/ tomate/fruta	Água - 200ml	leite Puro/Biscoito cream cracker	Água - 200ml	Sopa creme de cenoura com carne e salsão	Água - 200ml	Vitamina de maça com aveia
21/01 Terça feira	Leite puro/ Biscoito maisena	Água - 200ml	Arroz/Feijão/Hamburguer ao Sugo/fruta	Água - 200ml	Chá de cidreira c/ torta de legumes	Água - 200ml	Sopa de fubá com ovos/Fruta	Água - 200ml	leite puro/Biscoito cream cracker
22/01 Quarta feira	Leite puro/ Pão com margarina	Água - 200ml	Arroz/Feijão/Carne Moida c/ legumes/Salada de Alface c/ tomate/Fruta	Água - 200ml	Mingau de aveia	Água - 200ml	Sopa canja	Água - 200ml	Chá de cidreira/Bolo de cenoura
23/01 Quinta feira	Leite puro/ Biscoito Cream cracker	Água - 200ml	Arroz/Feijão/Frango com abobora/Fruta	Água - 200ml	Chá com Biscoito Polvilho	Água - 200ml	Sopa de legumes c/ macarrão//fruta	Água - 200ml	Vitamina de frutas
24/01 Sexta feira	Leite puro/Pão com Margarina	Água - 200ml	Arroz/Feijão/Carne Louca com couve flor/Salada de alface c/ tomate/Fruta	Água - 200ml	Leite com sucrilhos s/ açúcar	Água - 200ml	Sopa de Feijão c/ carne, espinafre, legumes e macarrão	Água - 200ml	leite puro/Biscoito cream cracker
27/01 Segunda feira	Leite puro/Biscoito Maisena	Água - 200ml	Arroz/Feijão/Ovos cozidos/Salada de batata c/ cenoura/fruta	Água - 200ml	Chá de cidreira c/ Biscoito Maisena	Água - 200ml	Sopa creme de legumes c/ brocolis e carne/fruta	Água - 200ml	Leite puro/Pão frances com margarina
28/01 Terça Feira	Leite puro/Pão com margarina	Água - 200ml	Arroz/Feijão/Rocambolo de carne/Salada de alface c/ tomate/fruta	Água - 200ml	leite Puro/Biscoito cream cracker	Água - 200ml	Sopa de inhame, abobora, macarrão e carne/fruta	Água - 200ml	leite c/ sucrilhos sem açúcar
29/01 Quarta feira	Leite Puro c/ Biscoito Cream cracker	Água - 200ml	Arrosz/Feijão/Nuggets de frango/Pure de batata/Fruta	Água - 200ml	leite puro/Pão francês com requeijão	Água - 200ml	Sopa de ervilha com carne, cenoura, batata e chuchu/fruta	Água - 200ml	Chá com biscoito de polvilho
30/01 Quinta feira	Leite puro/Pão com Margarina	Água - 200ml	Arroz/Feijão/Carne Louca c/ batata/Salada de escarola/fruta	Água - 200ml	Vitamina de frutas	Água - 200ml	Sopa creme de abobora com frango	Água - 200ml	leite puro/Biscoito cream cracker

NOTA: PODERÁ TER ALTERAÇÕES EM RELAÇÃO AOS PRODUTOS HORTIFRUTIGRANJEIROS DEVIDO A SAZONALIDADE, PROCESSO DE AMADURECIMENTO E/ OU DETERIORAÇÃO;
Cardapio elaborado por Bruna Gampietro - Nutricionista CRN 3-28489

MATERNAL - 1ª quinzena

(Sem lactose)

Dia da Semana	Desjejum 07h30	Hidratação 09h00	Almoço - 09h50	Hidratação 09h50	Lanche da tarde 13h30	Hidratação 13h50	Jantar 14h50	Hidratação 14h50	Ceia 17h30
01/jan	DIA SEM EXPEDIENTE								
02/01 Quinta feira	Leite de soja Biscoito cream cracker s/ lactose e s/ PTO	Água - 200ml	Arroz/Feijão/Carne Moida com legumes/Salada de alface c/ tomate/fruta	Água - 200ml	Danone de Inhamo com manga	Água - 200ml	Sopa de feijão, carne, macarrão, batata e cenoura	Água - 200ml	Leite de soja/Pão francês com margarina vegetal
03/01 Sexta feira	Leite de soja/ Pão com margarina vegetal	Água - 200ml	Arroz/Feijão/Polenta ao molho de frango/Salada de escarola c/ tomate/fruta	Água - 200ml	leite de soja/Biscoito cream cracker s/ lactose e s/ PTO	Água - 200ml	Sopa creme de legumes/fruta	Água - 200ml	Chá com Biscoito Maisena s/ lactose e s/ pto
06/01 Segunda feira	leite de soja/Biscoito Maisena sem PTO e sem lactose	Água - 200ml	Macarrão a bolonhesa/Salada de repolho bicolor/fruta	Água - 200ml	Chá de cidreira/Bolo de beterraba s/ lactose e s/ pto	Água - 200ml	Sopa de fubá com carne e espinafre	Água - 200ml	leite de soja com Biscoito Maisena s/ lactose e s/ pto
07/01 Terça feira	Leite de soja/Pão frances com margarina vegetal	Água - 200ml	Arroz/Feijão preto/Farofa de linguiça de frango/Salada de pepino c/ tomate/fruta	Água - 200ml	Vitamina de frutas c/ leite de soja	Água - 200ml	Sopa de grão de bico com carne, inhame e cenoura/fruta	Água - 200ml	leite de soja com sucrilhos
08/01 Quarta feira	Leite de soja/Biscoito cream cracker	Água - 200ml	Arroz/feijão/Quibe assado/Salada de beterraba cozida/fruta	Água - 200ml	Mingau de aveia c/ leite de soja	Água - 200ml	Sopa creme de abobora com carne e e couve	Água - 200ml	Leite de soja/Pão frances com geleia
09/01 Quinta feira	Leite de soja/Pão frances com margarina vegetal	Água - 200ml	Arroz/Feijão/Frango refogado/Salada de alface c/ tomate/fruta	Água - 200ml	Chá de camomila/Biscoito maisena s/ lactose e s/ pto	Água - 200ml	Sopa de mandioca com escarola/fruta	Água - 200ml	Chá de erva doce/Bolo de banana s/ lactose e s/ pto
10/01 Sexta feira	Leite de soja/ Biscoito maisena s/ lactose e sem PTO	Água - 200ml	Arroz/Feijão/Carne em cubos com brocolis/Fruta	Água - 200ml	Leite de soja/Pão frances com margarina	Água - 200ml	Sopa de ervilha, carne, macarrão, batata, cenoura e chuchu/	Água - 200ml	Vitamina de banana com aveia c/ leite de soja
13/01 Segunda feira	Leite de soja / Pão Frances com margarina vegetal	Água - 200ml	Arroz/Feijão/Ovos cozidos/Salada de batata c/ cenoura/fruta	Água - 200ml	Leite de soja com sucrilhos s/ açúcar	Água - 200ml	Sopa de carne, arroz, abóbora, cará e abobrinha/fruta	Água - 200ml	Chá com Biscoito Cream cracker s/ lactose e s/ pto
14/01 Terça feira	Leite de soja/Biscoito cream cracker	Água - 200ml	Arroz/Feijão/Carne louca com batata/Salada de alface c/ tomate/Fruta	Água - 200ml	Chá camomila/Torta de legumes s/ lactose e s/ pto	Água - 200ml	Sopa creme de batata com alho poro	Água - 200ml	Leite de soja/Biscoito cream cracker s/ lactose e s/ pto
15/01 Quarta feira	Leite de soja/Pão frances com margarina vegetal	Água - 200ml	Arroz/Feijão/Frango com abobora/Salada de alface c/ tomate/fruta	Água - 200ml	leite de soja com sucrilhos s/ açúcar	Água - 200ml	Sopa de feijão c/ macarrão e legumes/fruta	Água - 200ml	Vitamina de frutas c/ leite de soja
16/01 Quinta feira	Leite de soja/ Biscoito maisena s/ lactose e sem PTO	Água - 200ml	Arroz c/ cenoura/Feijão/ carne Moida refogada/Fruta	Água - 200ml	Chá de camomila/Pão com margarina vegetal	Água - 200ml	Sopa de fubá com ovo	Água - 200ml	Mingau de aveia de soja
17/01 Sexta feira	Leite de soja/Pão frances com margarina vegetal	Água - 200ml	Arroz/Feijão/Coxinha da asa assado/Fruta	Água - 200ml	leite de soja/Biscoito cream cracker s/ lactose e s/ PTO	Água - 200ml	Sopa de ervilha com legumes e macarrão/Fruta	Água - 200ml	Chá de erva doce/Biscoito polvilho s/ lactose e s/ pto

MATERNAL - 1ª quinzena 2º e 3º Fase

Dia da Semana	Desjejum 07h30	Hidratação 09h00	Almoço - 09h50	Hidratação 09h50	Lanche da tarde 13h30	Hidratação 13h50	Jantar 14h50	Hidratação 14h50	Ceia 17h30
01/jan	DIA SEM EXPEDIENTE								
02/01 Quinta feira	Leite puro/ Biscoito cream cracker	Água - 200ml	Arroz/Feijão/Carne Moida com legumes/Salada de alface c/ tomate/fruta	Água - 200ml	Danone de Inhame com manga	Água - 200ml	Sopa de feijão, carne, macarrão, batata e cenoura	Água - 200ml	Leite puro/Pão francês com margarina
03/01 Sexta feira	Leite c/ achocolatado/ Pão com margarina	Água - 200ml	Arroz/Feijão/Polenta ao molho de frango/Salada de escarola c/ tomate/fruta	Água - 200ml	leite c/ puro/Biscoito cream cracker	Água - 200ml	Sopa creme de legumes/fruta	Água - 200ml	Chá com Biscoito Maria
06/01 Segunda feira	Leite puro/Biscoito Maria	Água - 200ml	Macarrão a bolonhesa/Salada de repolho bicolor/fruta	Água - 200ml	Chá de cidreira/Bolo de beterraba	Água - 200ml	Sopa de fubá com carne e espinafre	Água - 200ml	leite puro com Biscoito Maria
07/01 Terça feira	Leite c/ achocolatado Pão com Margarina	Água - 200ml	Arroz/Feijão preto/Farofa de linguiça de frango/Salada de pepino c/ tomate/fruta	Água - 200ml	Vitamina de frutas	Água - 200ml	Sopa de grão de bico com carne, inhame e cenoura/fruta	Água - 200ml	Leite c/ sucrilhos
08/01 Quarta feira	Leite Puro/Biscoito cream cracker	Água - 200ml	Arroz/feijão/Quibe assado/Salada de beterraba cozida/fruta	Água - 200ml	Mingau de aveia	Água - 200ml	Sopa creme de abobora com carne e e couve	Água - 200ml	Leite puro/ Pão frances com geleia
09/01 Quinta feira	Leite c/ achocolatado Pão com Margarina	Água - 200ml	Arroz/Feijão/Lasanha de frango/Salada de alface c/ tomate/fruta	Água - 200ml	Chá de camomila/Biscoito maisena	Água - 200ml	Sopa de mandioca com escarola/fruta	Água - 200ml	Chá de erva doce/Bolo de banana
10/01 Sexta feira	Leite Puro/Biscoito Maisena	Água - 200ml	Arroz/Feijão/Carne em cubos com brocolis/Fruta	Água - 200ml	Leite c/ achocolatado/Pão pulman com requeijão	Água - 200ml	Sopa de ervilha, carne, macarrão, batata, cenoura e chuchu/	Água - 200ml	Vitamina de banana com aveia
13/01 Segunda feira	Leite c/ achocolatado Pão com Margarina	Água - 200ml	Arroz/Feijão/Ovos cozidos/Salada de batata c/ cenoura/fruta	Água - 200ml	Leite com sucrilhos s/ açúcar	Água - 200ml	Sopa de carne, arroz, abóbora, cará e abobrinha/fruta	Água - 200ml	Chá com biscoito cream cracker
14/01 Terça feira	Leite puro/ Biscoito cream cracker	Água - 200ml	Arroz/Feijão/Carne louca com batata/Salada de alface c/ tomate/Fruta	Água - 200ml	Chá camomila/Torta de legumes	Água - 200ml	Sopa creme de batata com alho poro	Água - 200ml	Leite puro/Biscoito cream cracker
15/01 Quarta feira	Leite c/ achocolatado Pão com Margarina	Água - 200ml	Arroz/Feijão/Frango com abobora/Salada de alface c/ tomate/fruta	Água - 200ml	leite com sucrilhos s/ açúcar	Água - 200ml	Sopa de feijão c/ macarrão e legumes/fruta	Água - 200ml	Vitamina de frutas
16/01 Quinta feira	Leite puro/ Biscoito Maisena	Água - 200ml	Arroz c/ cenoura/Feijão/ Torta Madalena/Fruta	Água - 200ml	Chá de camomila/Pão com margarina	Água - 200ml	Sopa de fubá com ovo	Água - 200ml	Mingau de aveia
17/01 Sexta feira	Leite c/ achocolatado Pão com Margarina	Água - 200ml	Arroz/Feijão/Coxinha da asa assado/Creme de milho/Fruta	Água - 200ml	Leite puro/Biscoito cream cracker	Água - 200ml	Sopa de ervilha com legumes e macarrão/Fruta	Água - 200ml	Chá de erva doce/Biscoito polvilho

MATERNAL - 2ª quinzena 2º e 3º Fase

Dia da Semana	Desjejum 07h30	Hidratação 09h00	Almoço - 09h50	Hidratação 09h50	Lanche da tarde 13h30	Hidratação 13h50	Jantar 14h50	Hidratação 14h50	Ceia 17h30
20/01 Segunda feira	Leite c/ achocolatado/ Pão com Margarina	Água - 200ml	Risoto de frango/Feijão/Salada de acelga c/ tomate/fruta	Água - 200ml	leite Puro/Biscoito cream cracker	Água - 200ml	Sopa creme de cenoura com carne e salsão	Água - 200ml	Vitamina de maça com aveia
21/01 Terça feira	Leite puro/ Biscoito maisena	Água - 200ml	Arroz/Feijão/Hamburguer ao Sugo/fruta	Água - 200ml	Chá de cidreira c/ torta de legumes	Água - 200ml	Sopa de fubá com ovos/Fruta	Água - 200ml	leite puro/Biscoito cream cracker
22/01 Quarta feira	Leite c/ achocolatado/ Pão com margarina	Água - 200ml	Arroz/Feijão/Carne Moida c/ legumes/Salada de Alface c/ tomate/Fruta	Água - 200ml	Mingau de aveia	Água - 200ml	Sopa canja	Água - 200ml	Chá de cidreira/Bolo de cenoura
23/01 Quinta feira	Leite puro/ Biscoito Cream cracker	Água - 200ml	Arroz/Feijão/Frango com abobora/Fruta	Água - 200ml	Chá com Biscoito Polvilho	Água - 200ml	Sopa de legumes c/ macarrão//fruta	Água - 200ml	Vitamina de frutas
24/01 Sexta feira	Leite c/ achocolatado/Pão com Margarina	Água - 200ml	Arroz/Feijão/Carne Louca com couve flor/Salada de alface c/ tomate/Fruta	Água - 200ml	Leite com sucrilhos s/ açúcar	Água - 200ml	Sopa de Feijão c/ carne, espinafre, legumes e macarrão	Água - 200ml	leite puro/Biscoito cream cracker
27/01 Segunda feira	Leite puro/Biscoito Maisena	Água - 200ml	Arroz/Feijão/Ovos cozidos/Salada de batata c/ cenoura/fruta	Água - 200ml	Chá de cidreira c/ Biscoito Maisena	Água - 200ml	Sopa creme de legumes c/ brocolis e carne/fruta	Água - 200ml	Leite puro/Pão frances com margarina
28/01 Terça Feira	Leite c/ achocolatado/Pão com margarina	Água - 200ml	Arroz/Feijão/Rocambole de carne/Salada de alface c/ tomate/fruta	Água - 200ml	leite Puro/Biscoito cream cracker	Água - 200ml	Sopa de inhame, abobora, macarrão e carne/fruta	Água - 200ml	leite c/ sucrilhos sem açúcar
29/01 Quarta feira	Leite Puro c/ Biscoito Cream cracker	Água - 200ml	Arroz/Feijão/Nuggets de frango/Pure de batata/Fruta	Água - 200ml	leite puro/Pão frances com requeijão	Água - 200ml	Sopa de ervilha com carne, cenoura, batata e chuchu/fruta	Água - 200ml	Chá com biscoito de polvilho
30/01 Quinta feira	Leite c/ achocolatado/Pão com Margarina	Água - 200ml	Arroz/Feijão/Carne Louca c/ batata/Salada de escarola/fruta	Água - 200ml	Vitamina de frutas	Água - 200ml	Sopa creme de abobora com frango	Água - 200ml	leite puro/Biscoito cream cracker

NOTA: PODERÁ TER ALTERAÇÕES EM RELAÇÃO AOS PRODUTOS HORTIFRUTIGRANJEIROS DEVIDO A SAZONALIDADE, PROCESSO DE AMADURECIMENTO E/ OU DETERIORAÇÃO;
Cardapio elaborado por Bruna Gampietro - Nutricionista CRN 3-28489

MATERNAL - 2^a quinzena

(Sem lactose)

Dia da Semana	Desjejum 07h30	Hidratação 09h00	Almoço - 09h50	Hidratação 09h50	Lanche da tarde 13h30	Hidratação 13h50	Jantar 14h50	Hidratação 14h50	Ceia 17h30
20/01 Segunda feira	Leite de soja/Pão com margarina vegetal	Água - 200ml	Risoto de frango/Feijão/Salada de acelga c/ tomate/fruta	Água - 200ml	Leite de soja/Biscoito cream cracker s/ pto e sem lactose	Água - 200ml	Sopa creme de cenoura com carne e salsão	Água - 200ml	Vitamina de maçã com aveia s/ lactose e sem PTO
21/01 Terça feira	Leite de soja/Biscoito maisena sem PTO e s/ Lactose	Água - 200ml	Arroz/Feijão/Hamburguer ao Sugo/fruta	Água - 200ml	Chá de cidreira c/ torta de legumes s/ lactose e sem PTO	Água - 200ml	Sopa de fubá com ovos/Fruta	Água - 200ml	leite de soja/Biscoito cream cracker s/ lactose e s/ PTO
22/01 Quarta feira	Leite de soja/Pão com margarina vegetal	Água - 200ml	Arroz/Feijão/Carne Moida c/ legumes/Salada de Alface c/ tomate/Fruta	Água - 200ml	Mingau de aveia s/ lactose e sem PTO	Água - 200ml	Sopa canja	Água - 200ml	Chá de cidreira/Bolo de cenoura s/ leite
23/01 Quinta feira	Leite de soja/Biscoito cream cracker s/ ptn e s/ lactose	Água - 200ml	Arroz/Feijão/Frango com abobora/Fruta	Água - 200ml	Chá com Biscoito Polvilho sem leite	Água - 200ml	Sopa de legumes c/ macarrão//fruta	Água - 200ml	Vitamina de frutas se,m lactose e sem PTO
24/01 Sexta feira	Leite de soja/ Pão frances com margarina vegetal	Água - 200ml	Arroz/Feijão/Carne Louca com couve flor/Salada de alface c/ tomate/Fruta	Água - 200ml	<u>Leite de soja com sucrilhos s/ açúcar</u>	Água - 200ml	Sopa de Feijão c/ carne, espinafre, legumes e macarrão	Água - 200ml	Leite de soja/Biscoito cream cracker s/ lactose e sem PTO
27/01 Segunda feira	Leite de soja/Biscoito maisena sem PTO e s/ Lactose	Água - 200ml	Arroz/Feijão/Ovos cozidos/Salada de batata c/ cenoura/fruta	Água - 200ml	Chá de cidreira c/ Biscoito Maisena s/ lactose e sem PTO	Água - 200ml	Sopa creme de legumes c/ brocolis e carne/fruta	Água - 200ml	Leite de soja/Pão frances com margarina
28/01 Terça Feira	Leite de soja/ Pão frances com margarina vegetal	Água - 200ml	Arroz/Feijão/Rocambolo de carne/Salada de alface c/ tomate/fruta	Água - 200ml	Leite de soja/Biscoito cream cracker s/ pto e sem lactose	Água - 200ml	Sopa de inhame, abobora, macarrão e carne/fruta	Água - 200ml	leite de soja c/ sucrilhos sem açúcar
29/01 Quarta feira	leite Puro/Biscoito Cream craker s/ PTO e s/ lactose	Água - 200ml	Arrosz/Feijão/Nuggets de frango/Pure de batata s/ leite/Fruta	Água - 200ml	Leite de soja/ Pão frances com margarina vegetal	Água - 200ml	Sopa de ervilha com carne, cenoura, batata e chuchu/fruta	Água - 200ml	Chá com biscoito de polvilho s/ lactose e sem PTO
30/01 Quinta feira	Leite de soja/Pão com margarina vegetal	Água - 200ml	Arroz/Feijão/Carne Louca c/ batata/Salada de escarola/fruta	Água - 200ml	Vitamina de frutas com soja	Água - 200ml	Sopa creme de abobora com frango	Água - 200ml	Leite de soja/Biscoito cream cracker s/ lactose e s/ PTO