



CARDÁPIO MARÇO - 2020

0 a 5 meses e 29 dias

| Dia / Horário | 08h00 | 09h00 | 10h00 | 10h40 | 12h00 | 13h30 | 15h00 | 15h30 | 17h15 |
|----------------------------|----------------------------|--------------|---|--------------|----------------------------|--------------|---|--------------|----------------------------|
| 16/03 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 | Fórmula Infantil 2 - 200ml | Água - 100ml | Sopa de arroz, abóbora, batata doce e ervilha torta (2 conchas cheias - 200gr) / banana amassadinho (1 unidade) | Água - 100ml | Fórmula Infantil 2 - 200ml |
| 17/03 Terça feira | Fórmula Infantil 2 - 200ml | Água - 100ml | Sopa de batata, chuchu, cenoura, frango, feijão branco (2 conchas cheias amassada) maça raspadinha (1/2 unidade) | Água - 100ml | Fórmula Infantil 2 - 200ml | Água - 100ml | Sopa de arroz, abóbora, batata doce e beterraba (2 conchas cheias - 200gr) / manga amassadinho (1 fatia) | Água - 100ml | Fórmula Infantil 2 - 200ml |
| 18/03 Quarta feira | Fórmula Infantil 2 - 200ml | Água - 100ml | Inhame, cenoura, abobrinha, repolho e carne moída (2 conchas cheias) / Melão (1 fatia amassada) | Água - 100ml | Fórmula Infantil 2 - 200ml | Água - 100ml | Ovo, arroz, cenoura e vagem (2 conchas cheias - 200gr) / melancia amassadinho (1 fatia) | Água - 100ml | Fórmula Infantil 2 - 200ml |
| 19/03 Quinta feira | Fórmula Infantil 2 - 200ml | Água - 100ml | Arroz, feijão, beterraba e ovo (2 conchas cheias) / mamão amassadinho (1 fatia) | 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 |
| 20/03 Sexta feira | Fórmula Infantil 2 - 200ml | Água - 100ml | Mandioquinha, feijão, abobrinha, espinafre e carne moída (2 conchas cheias) - melancia amassadinho (1 fatia P) | Água - 100ml | Fórmula Infantil 2 - 200ml | Água - 100ml | escarola, cenoura, mandioca e frango (2 conchas cheias - 200gr) / banana amassadinho (1 unidade) | Água - 100ml | Fórmula Infantil 2 - 200ml |
| 23/03 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 | 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 |
| 24/03 Terça feira | Fórmula Infantil 2 - 200ml | Água - 100ml | Sopa de carne, feijão preto, arroz, abóbora, cará e couve-flor (2 conchas cheias - 200gr) / manga amassadinho (1 fatia) | Água - 100ml | Fórmula Infantil 2 - 200ml | Água - 100ml | Sopa de frango, macarrão, cenoura, inhame e couve-flor (2 conchas cheias - 200gr) / banana amassadinho (1 unidade) | Água - 100ml | Fórmula Infantil 2 - 200ml |
| 25/03 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 | Fórmula Infantil 2 - 200ml | Água - 100ml | Sopa de batata, abóbora, brócolis, frango, caldo de feijão branco (2 conchas cheias amassada) manga amassadinho (1 fatia) | Água - 100ml | Fórmula Infantil 2 - 200ml |
| 26/03 Quinta feira | FERIADO | | | | | | | | |
| 27/03 Sexta feira | Fórmula Infantil 2 - 200ml | Água - 100ml | Sopa de Batata, cenoura, chuchu, feijão branco e carne (2 conchas cheias amassada) Banana amassadinho | 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 |
| 30/03 Segunda 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 | Fórmula Infantil 2 - 200ml | Água - 100ml | Papinha de fubá com espinafre, cenoura e carne (2 conchas cheias - 200 gr) Manga amassadinho (1 fatia) | Água - 100ml | Fórmula Infantil 2 - 200ml |
| 31/03 Terça feira | Fórmula Infantil 2 - 200ml | Água - 100ml | Sopa de macarrão, abóbora, batata, brócolis e carne (200 gramas - 2 conchas) - Pera raspadinha (1/2 unidade) | Água - 100ml | Fórmula Infantil 2 - 200ml | Água - 100ml | Arroz, frango, beterraba, brócolis e cenoura (200 gramas 2 conchas) - mamão amassadinho (1 fatia p) | 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 cozidos;

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.

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

A fórmula de seguimento deverá ser ofertada após completar 10 meses intercaladamente no copo de transição;

A partir do 10º mês, deverá acrescentar o leite também no copo de transição, não mais na mamadeira;

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

As crianças que entrarem as 13h30 ofertar a mamadeira com fórmula Infantil;

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

Bruna Campiety
Nutricionista
CRN3: 28489

6 meses - 1ª e 2ª semana

| Dia / Horário | 08h00 | 10h00 | 10h30 | 12h00 | 13h30 | 15H00 | 16h00 | 17h15 |
|----------------|----------------------------|--|--------------|----------------------------|--------------|----------------------------|--------------|----------------------------|
| Segunda | Fórmula Infantil 2 - 150ml | Maça raspadinha (1/2 unidade) | Água - 100ml | 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) | Água - 100ml | 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) | Água - 100ml | 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) | Água - 100ml | 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) | Água - 100ml | 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) | Água - 100ml | 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) | Água - 100ml | 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) | Água - 100ml | 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) | Água - 100ml | 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) | 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;

Servir de 100ml de água entre as refeições na mamadeira.

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

Cardápio elaborado pela Nutricionista Bruna Gampietro CRN3-28489



6 meses – 3ª semana e 4ª semana

| Dia / Horário | 08h00 | 09h00 | 10h00 | 10h30 | 12h00 | 13h30 | 15H00 | 16h00 | 17h15 |
|----------------|----------------------------|--------------|---|--------------|----------------------------|--------------|----------------------------|--------------|----------------------------|
| Segunda | Fórmula Infantil 2 - 150ml | Água - 100ml | Papa de batata, cenoura, frango desfiado, feijão carioca (1 concha cheia - 100gr) - fruta | Água - 100ml | Fórmula Infantil 2 - 150ml | Água - 100ml | Fórmula Infantil 2 - 150ml | Água - 100ml | Fórmula Infantil 2 - 150ml |
| Terça | Fórmula Infantil 2 - 150ml | Água - 100ml | Papa de fubá com ovo e couve (1 concha cheia - 100gr)- fruta | Água - 100ml | Fórmula Infantil 2 - 150ml | Água - 100ml | Fórmula Infantil 2 - 150ml | Água - 100ml | Fórmula Infantil 2 - 150ml |
| Quarta | Fórmula Infantil 2 - 150ml | Água - 100ml | Papa de chuchu, mandioca, cenoura, feijão carioca, carne bovina, feijão branco (1 concha media 100 gramas)- fruta | Água - 100ml | Fórmula Infantil 2 - 150ml | Água - 100ml | Fórmula Infantil 2 - 150ml | Água - 100ml | Fórmula Infantil 2 - 150ml |
| Quinta | Fórmula Infantil 2 - 150ml | Água - 100ml | Papa de inhame, beterraba, ovo, grão de bico (1 concha media) - fruta | Água - 100ml | Fórmula Infantil 2 - 150ml | Água - 100ml | Fórmula Infantil 2 - 150ml | Água - 100ml | Fórmula Infantil 2 - 150ml |
| Sexta | Fórmula Infantil 2 - 150ml | Água - 100ml | Papa de arroz, ervilha, carne moída, vagem, espinafre e abobora (1 concha media 100 gramas)- fruta | 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, **NÃO** peneirar. **AMASSAR MUITO BEM** antes de servir;

Os legumes deverão ser muito bem cozidos e as carnes deverão ser cozidas separadamente, em seguida desfiadas e depois cortadas;

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;

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;

Cardápio elaborado pela Nutricionista **Bruna Gampietro CRN3-28489**



Bruna Gampietro
Nutricionista
CRN3: 28489

7 a 9 meses - 1ª quinzena

| Dia / Horário | 08h00 | 09h00 | 10h00 | 10h40 | 12h00 | 13h30 | 15h00 | 15h30 | 17h15 |
|------------------------------|----------------------------|--------------|---|--------------|----------------------------|--------------|---|--------------|----------------------------|
| 02/03 (Segunda-feira) | Fórmula Infantil 2 - 180ml | Água - 100ml | Batata, abobrinha, tomate e frango (2 conchas cheias) /Banana amassada (1/2 unidade) | 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 |
| 03/03 Terça-feira | Fórmula Infantil 2 - 180ml | Água - 100ml | Sopa de batata, chuchu, cenoura, frango, feijao branco (2 conchas cheias amassada) maça raspadinha (1/2 unidade) | Água - 100ml | Fórmula Infantil 2 - 180ml | Água - 100ml | Sopa de carne, feijão, macarrão, cenoura, batata doce e tomate (2 conchas cheias - 200gr) / Banana amassadinha (1/2 pedaço) | Água - 100ml | Fórmula Infantil 2 - 180ml |
| 04/03 Quarta-feira | Fórmula Infantil 2 - 180ml | Água - 100ml | Sopa de mandiocinha, abobrinha, lentilha, arroz e carne / 2 conchas cheias amassada/ manga (1 fatia amassada) | Água - 100ml | Fórmula Infantil 2 - 180ml | Água - 100ml | Sopa de batata, chuchu, cenoura, frango, feijao branco (2 conchas cheias amassada) maça raspadinha (1/2 unidade) | Água - 100ml | Fórmula Infantil 2 - 180ml |
| 05/03 Quinta-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 | Fórmula Infantil 2 - 180ml | Água - 100ml | Sopa de frango, arroz, abóbora, mandioca e quiabo (2 conchas cheias - 200gr) / banana amassadinha (1 unidade) | Água - 100ml | Fórmula Infantil 2 - 180ml |
| 06/03 Sexta-feira | Fórmula Infantil 2 - 180ml | Água - 100ml | Sopa de Mandioca, beterraba, abobrinha, ervilha e gema de ovo/ 2 conchas cheias amassada/ Melão (1 fatia amassadinha) | 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 |
| 09/03 Segunda-feira | Fórmula Infantil 2 - 180ml | Água - 100ml | Sopa de espinafre, Batata, cenoura, carne e caldo de feijao (2 conchas cheias amassada) banana (1/2 unidade) | Água - 100ml | Fórmula Infantil 2 - 180ml | Água - 100ml | Sopa de peixe, arroz, abóbora, cará e couve-flor (2 conchas cheias - 200gr) / manga amassadinha (1 fatia) | Água - 100ml | Fórmula Infantil 2 - 180ml |
| 10/03 Terça-feira | Fórmula Infantil 2 - 180ml | Água - 100ml | Sopa de carne, feijão, macarrão, cenoura, batata doce e tomate (2 conchas cheias - 200gr) / Banana amassadinha (1/2 pedaço) | Água - 100ml | Fórmula Infantil 2 - 180ml | Água - 100ml | Sopa de macarrão, cenoura, cará e abobrinha e ovo (2 conchas cheias - 200gr) / maça raspadinha (1/2 unidade) | Água - 100ml | Fórmula Infantil 2 - 180ml |
| 11/03 Quarta-feira | Fórmula Infantil 2 - 180ml | Água - 100ml | Sopa de batata, chuchu, cenoura, frango, feijao branco (2 conchas cheias amassada) maça raspadinha (1/2 unidade) | 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 |
| 12/03 Quinta-feira | Fórmula Infantil 2 - 180ml | Água - 100ml | Sopa de frango, arroz, abóbora, mandioca e quiabo (2 conchas cheias - 200gr) / banana amassadinha (1 unidade) | 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 |
| 13/03 Sexta-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 | Fórmula Infantil 2 - 180ml | Água - 100ml | Sopa de arroz, abóbora, inhame e vagem (2 conchas cheias - 200gr) / melancia amassadinha (1 fatia) | 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.

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, devem ser ofertados em copos de transição.

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

As crianças que entrarem as 13h30 ofertar a mamadeira com formula Infantil;

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

Bruna Gampietro
Nutricionista
CRN3:28489

7 a 9 meses - 2ª quinzena

| Dia / Horário | 08h00 | 09h00 | 10h00 | 10h40 | 12h30 | 13h30 | 14h30 | 15h00 | 15h30 | 17h15 |
|----------------------------|----------------------------|--------------|---|--------------|--------------|----------------------------|--------------|---|--------------|----------------------------|
| 16/03 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 |
| 17/03 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 |
| 18/03 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 |
| 19/03 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 |
| 20/03 Sexta feira | Fórmula Infantil 2 - 180ml | Água - 100ml | Mandioquinha, 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 |
| 23/03 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 |
| 24/03 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 |
| 25/03 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 |
| 26/03 Quinta feira | FERIADO | | | | | | | | | |
| 27/03 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 |
| 30/03 Segunda 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 |
| 31/03 Terça 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 |

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.

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, devem ser ofertados em copos de transição.

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

As crianças que entrarem as 13h30 ofertar a mamadeira com fórmula Infantil;

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

Bruna Campiello
 Nutricionista
 CRN3-28489

10 a 11 meses - 1ª quinzena

| Dia / Horário | 08h00 | 09h00 | 10h00 | 10h40 | 12h00 | 13h30 | 15h00 | 15h30 | 17h15 |
|------------------------------|----------------------------|--------------|---|--------------|----------------------------|--------------|---|--------------|----------------------------|
| 02/03 (Segunda feira) | Fórmula Infantil 2 - 200ml | Água - 100ml | Batata, abobrinha, tomate e frango (2 conchas cheias) / Banana amassada (1/2 unidade) | 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 |
| 03/03 Terça feira | Fórmula Infantil 2 - 200ml | Água - 100ml | Sopa de batata, chuchu, cenoura, frango, feijao branco (2 conchas cheias amassada) maça raspadinha (1/2 unidade) | Água - 100ml | Fórmula Infantil 2 - 200ml | Água - 100ml | Sopa de carne, feijão, macarrão, cenoura, batata doce e tomate (2 conchas cheias - 200gr) / Banana amassadinha (1/2 pedaço) | Água - 100ml | Fórmula Infantil 2 - 200ml |
| 04/03 Quarta 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 | Fórmula Infantil 2 - 200ml | Água - 100ml | Sopa de batata, chuchu, cenoura, frango, feijao branco (2 conchas cheias amassada) maça raspadinha (1/2 unidade) | Água - 100ml | Fórmula Infantil 2 - 200ml |
| 05/03 Quinta 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 | Fórmula Infantil 2 - 200ml | Água - 100ml | Sopa de frango, arroz, abóbora, mandioca e quiabo (2 conchas cheias - 200gr) / banana amassadinha (1 unidade) | Água - 100ml | Fórmula Infantil 2 - 200ml |
| 06/03 Sexta feira | Fórmula Infantil 2 - 200ml | Água - 100ml | Sopa de Mandioca, beterraba, abobrinha, ervilha e gema de ovo/ 2 conchas cheias amassada/ Melão (1 fatia amassadinha) | 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 |
| 09/03 Segunda feira | Fórmula Infantil 2 - 200ml | Água - 100ml | Sopa de espinafre, Batata, cenoura, carne e caldo de feijao (2 conchas cheias amassada) banana (1/2 unidade) | Água - 100ml | Fórmula Infantil 2 - 200ml | Água - 100ml | Sopa de peixe, arroz, abóbora, cará e couve-flor (2 conchas cheias - 200gr) / manga amassadinha (1 fatia) | Água - 100ml | Fórmula Infantil 2 - 200ml |
| 10/03 Terça feira | Fórmula Infantil 2 - 200ml | Água - 100ml | Sopa de carne, feijão, macarrão, cenoura, batata doce e tomate (2 conchas cheias - 200gr) / Banana amassadinha (1/2 pedaço) | Água - 100ml | Fórmula Infantil 2 - 200ml | Água - 100ml | Sopa de macarrão, cenoura, cará e abobrinha e ovo (2 conchas cheias - 200gr) / maça raspadinha (1/2 unidade) | Água - 100ml | Fórmula Infantil 2 - 200ml |
| 11/03 Quarta feira | Fórmula Infantil 2 - 200ml | Água - 100ml | Sopa de batata, chuchu, cenoura, frango, feijao branco (2 conchas cheias amassada) maça raspadinha (1/2 unidade) | 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 |
| 12/03 Quinta feira | Fórmula Infantil 2 - 200ml | Água - 100ml | Sopa de frango, arroz, abóbora, mandioca e quiabo (2 conchas cheias - 200gr) / banana amassadinha (1 unidade) | 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 |
| 13/03 Sexta 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 | Fórmula Infantil 2 - 200ml | Água - 100ml | Sopa de arroz, abóbora, inhame e vagem (2 conchas cheias - 200gr) / melancia amassadinha (1 fatia) | 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 cozidos;

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.

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

A formula de seguimento deverá ser ofertada após completar 10 meses intercaladamente no copo de transição;

A partir do 10º mês, deverá acrescentar o leite também no copo de transição, não mais na mamadeira;

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

As crianças que entrarem as 13h30 ofertar a mamadeira com formula Infantil;

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



BRUNA GAMPETRO
Nutricionista
CRN3-28489

10 a 11 meses - 2ª quinzena

| Dia / Horário | 08h00 | 09h00 | 10h00 | 10h40 | 12h00 | 13h30 | 15h00 | 15h30 | 17h15 |
|----------------------------|----------------------------|--------------|---|--------------|----------------------------|--------------|---|--------------|----------------------------|
| 16/03 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 | 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 |
| 17/03 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 | 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 |
| 18/03 Quarta feira | Fórmula Infantil 2 - 200ml | Água - 100ml | Inhame, cenoura, abobrinha, repolho e carne moída (2 conchas cheias) / Melão (1 fatia amassada) | 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 |
| 19/03 Quinta feira | Fórmula Infantil 2 - 200ml | Água - 100ml | Arroz, feijão, beterraba e ovo (2 conchas cheias) / mamão amassadinho (1 fatia) | 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 |
| 20/03 Sexta feira | Fórmula Infantil 2 - 200ml | Água - 100ml | Mandioquinha, feijão, abobrinha, espinafre e carne moída (2 conchas cheias) - melancia amassadinha (1 fatia P) | 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 |
| 23/03 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 | 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 |
| 24/03 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 | 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 |
| 25/03 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 | 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 |
| 26/03 Quinta feira | FERIADO | | | | | | | | |
| 27/03 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 | 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 |
| 30/03 Segunda 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 | 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 |
| 31/03 Terça feira | Fórmula Infantil 2 - 200ml | Água - 100ml | Sopa de macarrão, abóbora, batata, brócolis e carne (200 gramas - 2 conchas) - Pera raspadinha (1/2 unidade) | Água - 100ml | Fórmula Infantil 2 - 200ml | Água - 100ml | Arroz, frango, beterraba, brócolis e cenoura (200 gramas 2 conchas) - mamão amassadinho (1 fatia p) | 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 cozidos;

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.

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

A fórmula de seguimento deverá ser ofertada após completar 10 meses intercaladamente no copo de transição;

A partir do 10º mês, deverá acrescentar o leite também no copo de transição, não mais na mamadeira;

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

As crianças que entrarem as 13h30 ofertar a mamadeira com fórmula infantil;

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

Bruna Campietro
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 |
|---------------------|------------------------------------|------------------|---|------------------|--|------------------|---|------------------|---|
| 02/03 Segunda feira | Leite puro/ Biscoito cream cracker | Água - 200ml | Macarrão a bolonhesa/Salada de repolho bicolor/fruta | Água - 200ml | Danone de Inhamo com manga | Água - 200ml | Sopa de feijão, carne, macarrão, batata e cenoura | Água - 200ml | Leite puro/Pão francês com margarina |
| 03/03 Terça 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 |
| 04/03 Quarta feira | Leite puro/Biscoito Maria | Água - 200ml | Arroz/Feijão/Carne moída c/ legumes/Salada de alface c/ tomate/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 |
| 05/03 Quinta feira | Leite puro/ Pão com Margarina | Água - 200ml | Arroz/Feijão preto/Farofa de linguça 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 |
| 06/03 Sexta 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 |
| 09/03 Segunda feira | Leite puro/ Pão com Margarina | Água - 200ml | Arroz/Feijão/Ovos cozidos/Salada de batata c/ cenoura/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 |
| 10/03 Terça 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 |
| 11/03 Quarta feira | Leite puro/ Pão com Margarina | Água - 200ml | Arroz/Feijão/Lasanha de frango/salada de alface c/ tomate/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 |
| 12/03 Quinta 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 |
| 13/03 Sexta 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 |

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 |
|---------------------|--------------------------------------|------------------|--|------------------|---|------------------|---|------------------|--------------------------------------|
| 16/03 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 |
| 17/03 Terça feira | Leite puro/ Biscoito maisena | Água - 200ml | Arroz/Feijão/Hamburguer ao Sugo/fruta | Água - 200ml | Chá de cidreira c/ Bolo de aveia com banana | Água - 200ml | Sopa de fubá com ovos/Fruta | Água - 200ml | leite puro/Biscoito cream cracker |
| 18/03 Quarta feira | Leite puro/ Pão com margarina | Água - 200ml | Arroz/Feijão/Carne Moida c/ legumes/Salada de Alface c/ tomate/Fruta | Água - 200ml | Arroz doce | Água - 200ml | Sopa canja | Água - 200ml | Chá de cidreira/Bolo de cenoura |
| 19/03 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 |
| 20/03 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 |
| 23/03 Segunda feira | Leite puro/Biscoito Maisena | Água - 200ml | Arroz/Feijão/Omelete de forno com legumes/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 |
| 24/03 Terça feira | Leite puro/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 |
| 25/03 Quarta feira | Leite Puro c/ Biscoito Cream cracker | Água - 200ml | Arroz/Feijão/Frango refogado/Pure de batata com mandioquinha/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 |
| 26/03 Quinta feira | FERIADO | | | | | | | | |
| 27/03 Sexta feira | Leite puro/ Pão com Margarina | Água - 200ml | Arroz/Feijão/Carne Moida c/ batata/Salada de cenoura ralada e tomate/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 |
| 30/03 Segunda feira | Leite puro/Biscoito cream cracker | Água - 200ml | Arroz/Feijão/Frango refogado/Salada de repolho/Fruta | Água - 200ml | Chá com Biscoito Polvilho | Água - 200ml | Sopa de legumes c/ macarrão | Água - 200ml | Vitamina de frutas |
| 31/03 Terça feira | Leite puro/ Pão com Margarina | Água - 200ml | Arroz/Feijão/Coxinha da Asa assada/Creme de milho/Fruta | Água - 200ml | Leite Puro/Pão Pullman com pate de atum | Água - 200ml | Sopa de ervilha/ carne, cenoura, batata e macarrão/fruta | Água - 200ml | Chá com pão frances c/ margarina |

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 |
|----------------------------|--|------------------|--|------------------|--|------------------|---|------------------|---|
| 02/03 Segunda feira | Leite de soja Biscoito cream cracker s/ lactose e s/ PTO | Água - 200ml | Macarrão a bolonhesa/Salada de repolho bicolor/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 |
| 03/03 Terça 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 ou sem lactose/Biscoito cream cracker | Água - 200ml | Sopa creme de legumes/fruta | Água - 200ml | Chá com Biscoito maisena s/ lactose e s/ ptn |
| 04/03 Quarta feira | leite de soja/Biscoito Maisena sem PTO e sem lactose | Água - 200ml | Arroz/Feijão/Carne moída c/ legumes/Salada de alface c/ tomate/Fruta | Água - 200ml | Chá de cidreira/Bolo de beterraba s/ lactose | Água - 200ml | Sopa de fubá com carne e espinafre | Água - 200ml | leite de soja com Biscoito Cream cracker s/ lactose e/ ptn |
| 05/03 Quinta feira | Leite de soja/Pão frances com margarina vegetal | Água - 200ml | Arroz/Feijão preto/Farofa de linguíça de frango/Salada de pepino c/ tomate/fruta | Água - 200ml | Vitamina de frutas s/ lactose | Água - 200ml | Sopa de grão de bico com carne, inhame e cenoura/fruta | Água - 200ml | Leite de soja c/ sucralhos |
| 06/03 Sexta feira | Leite de soja/Biscoito cream cracker | Água - 200ml | Arroz/feijão/Quibe assado/Salada de beterraba cozida/fruta | Água - 200ml | Mingau de aveia s/ lactose | Água - 200ml | Sopa creme de abobora com carne e couve | Água - 200ml | Leite de soja/ Pão frances com geleia |
| 09/03 Segunda feira | Leite de soja/Pão frances com margarina vegetal | Água - 200ml | Arroz/Feijão/Ovos cozidos/Salada de batata c/ cenoura/fruta | Água - 200ml | Chá de camomila/Biscoito maisena s/ lactose e s/ PTN | Água - 200ml | Sopa de mandioca com escarola/fruta | Água - 200ml | Chá de erva doce/Bolo de bananas/ lactose |
| 10/03 Terça 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 s/ lactose |
| 11/03 Quarta feira | Leite de soja / Pão Frances com margarina vegetal | Água - 200ml | Arroz/Feijão/Lasanha de frango/salada de alface c/ tomate/fruta | Água - 200ml | Leite de soja com sucralhos s/ açúcar | Água - 200ml | Sopa de carne, arroz, abóbora, cará e abobrinha/fruta | Água - 200ml | Suco de inhame com laranja/Biscoito cream cracker s/ lactose e s/ ptn |
| 12/03 Quinta 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 | Água - 200ml | Sopa creme de batata com alho poro | Água - 200ml | Leite de soja /Biscoito cream cracker s/ lactose e s/ ptn |
| 13/03 Sexta 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 sucralhos s/ açúcar | Água - 200ml | Sopa de feijão c/ macarrão e legumes/fruta | Água - 200ml | Vitamina de frutas s/ lactose |

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 |
|----------------------------|------------------------------------|------------------|---|------------------|---|------------------|---|------------------|---|
| 02/03 Segunda feira | Leite puro/ Biscoito cream cracker | Água - 200ml | Macarrão a bolonhesa/Salada de repolho bicolor/fruta | Água - 200ml | Danone de Inhamo com manga | Água - 200ml | Sopa de feijão, carne, macarrão, batata e cenoura | Água - 200ml | Leite puro/Pão francês com margarina |
| 03/03 Terça 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 |
| 04/03 Quarta feira | Leite puro/Biscoito Maria | Água - 200ml | Arroz/Feijão/Carne moída c/ legumes/Salada de alface c/ tomate/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 |
| 05/03 Quinta feira | Leite puro/ Pão com Margarina | Água - 200ml | Arroz/Feijão preto/Farofa de linguça 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 |
| 06/03 Sexta 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 |
| 09/03 Segunda feira | Leite puro/ Pão com Margarina | Água - 200ml | Arroz/Feijão/Ovos cozidos/Salada de batata c/ cenoura/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 |
| 10/03 Terça feira | Leite Puro/Biscoito Maisena | Água - 200ml | Arroz/Feijão/Carne em cubos com brocolis/Fruta | Água - 200ml | Leite c/ achocolatado/Pão pulman com queijo | Água - 200ml | Sopa de ervilha, carne, macarrão, batata, cenoura e chuchu/ | Água - 200ml | Vitamina de banana com aveia |
| 11/03 Quarta feira | Leite puro/ Pão com Margarina | Água - 200ml | Arroz/Feijão/Lasanha de frango/salada de alface c/ tomate/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 |
| 12/03 Quinta 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 |
| 13/03 Sexta 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 |

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 |
|---------------------|--------------------------------------|------------------|--|------------------|---|------------------|---|------------------|--------------------------------------|
| 16/03 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 salsaõ | Água - 200ml | Vitamina de maça com aveia |
| 17/03 Terça feira | Leite puro/ Biscoito maisena | Água - 200ml | Arroz/Feijão/Hamburguer ao Sugo/fruta | Água - 200ml | Chá de cidreira c/ Bolo de aveia com banana | Água - 200ml | Sopa de fubá com ovos/Fruta | Água - 200ml | leite puro/Biscoito cream cracker |
| 18/03 Quarta feira | Leite puro/ Pão com margarina | Água - 200ml | Arroz/Feijão/Carne Moida c/ legumes/Salada de Alface c/ tomate/Fruta | Água - 200ml | Arroz doce | Água - 200ml | Sopa canja | Água - 200ml | Chá de cidreira/Bolo de cenoura |
| 19/03 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 |
| 20/03 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 |
| 23/03 Segunda feira | Leite puro/Biscoito Maisena | Água - 200ml | Arroz/Feijão/Omelete de forno com legumes/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 |
| 24/03 Terça feira | Leite puro/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 |
| 25/03 Quarta feira | Leite Puro c/ Biscoito Cream cracker | Água - 200ml | Arroz/Feijão/Frango refogado/Pure de batata com mandioquinha/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 |
| 26/03 Quinta feira | FERIADO | | | | | | | | |
| 27/03 Sexta feira | Leite puro/ Pão com Margarina | Água - 200ml | Arroz/Feijão/Carne Moida c/ batata/Salada de cenoura ralada e tomate/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 |
| 30/03 Segunda feira | Leite puro/Biscoito cream cracker | Água - 200ml | Arroz/Feijão/Frango refogado/Salada de repolho/Fruta | Água - 200ml | Chá com Biscoito Polvilho | Água - 200ml | Sopa de legumes c/ macarrão | Água - 200ml | Vitamina de frutas |
| 31/03 Terça feira | Leite puro/ Pão com Margarina | Água - 200ml | Arroz/Feijão/Coxinha da Asa assada/Creme de milho/Fruta | Água - 200ml | Leite Puro/Pão Pullman com pate de atum | Água - 200ml | Sopa de ervilha/ carne, cenoura, batata e macarrão/fruta | Água - 200ml | Chá com pão frances c/ margarina |

MATERNAL - 2ª 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 |
|---------------------|--|---------------------|---|---------------------|--|---------------------|---|---------------------|--|
| 16/03 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/ lacto e s/ ptn | Água - 200ml | Sopa creme de cenoura com carne e salsão | Água - 200ml | Vitamina de maçã com aveia s/ lactose e s/ ptn |
| 17/03 Terça feira | Leite de soja/ Biscoito maisena s/ lactose e s/ ptn | Água - 200ml | Arroz/Feijão/Hamburguer ao Sugo/fruta | Água - 200ml | Chá de cidreira c/ Bolo de aveia com banana s/ lacto e s/ ptn | Água - 200ml | Sopa de fubá com ovos/Fruta | Água - 200ml | leite de soja/Biscoito cream cracker s/ lactose e s/ ptn |
| 18/03 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 | leite de soja/Biscoito cream cracker s/ lacto e s/ ptn | Água - 200ml | Sopa canja | Água - 200ml | Chá de cidreira/Bolo de cenouras/ lactose |
| 19/03 Quinta feira | Leite de soja Biscoito Cream crackers/ lactose e s/ ptn | 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 s/ lactose |
| 20/03 Sexta feira | Leite de soja/Pão com Margarina vegetal | Água - 200ml | Arroz/Feijão/Carne Louca com couve flor/Salada de alface c/ tomate/Fruta | Água - 200ml | Leite s/ lacto e s/ ptn com sucrilhos s/ açúcar | Água - 200ml | Sopa de Feijão c/ carne, espinafre, legumes e macarrão | Água - 200ml | leite de soja/Biscoito cream cracker s/ lactose e s/ ptn |
| 23/03 Segunda feira | Leite de soja/Biscoito Maisena s/ lactose e s/ ptn | Água - 200ml | Arroz/Feijão/Omelete de forno com legumes/fruta | Água - 200ml | Chá de cidreira c/ Biscoito Maisena s/ lactose e s/ ptn | Água - 200ml | Sopa creme de legumes c/ brocolis e carne/fruta | Água - 200ml | Leite de soja/ Pão frances com margarina vegetal |
| 24/03 Terça feira | Leite de soja/Pão com margarina vegetal | Água - 200ml | Arroz/Feijão/Rocambole de carne/Salada de alface c/ tomate/fruta | Água - 200ml | leite s/ lacto e s/ ptn Biscoito cream cracker s/ lacto e s/ ptn | Água - 200ml | Sopa de inhame, abobora, macarrão e carne/fruta | Água - 200ml | leite s/ lactose e s/ ptn c/ sucrilhos sem açúcar |
| 25/03 Quarta feira | Leite de sojac/ Biscoito Cream cracker s/ lactose e s/ ptn | Água - 200ml | Arroz/Feijão/Frango refogado/Pure de batata com mandioquinha s/ leite/Fruta | Água - 200ml | leite de soja/Pão francês com margarina vegetal | Água - 200ml | Sopa de ervilha com carne, cenoura, batata e chuchu/fruta | Água - 200ml | Chá com biscoito de polvilho |
| 26/03 Quinta feira | FERIADO | | | | | | | | |
| 27/03 Sexta feira | Leite de soja/ Pão com Margarina vegetal | Água - 200ml | Arroz/Feijão/Carne Moida c/ batata/Salada de cenoura ralada e tomate/Fruta | Água - 200ml | Leite de soja/Biscoito cream cracker s/ lacto e s/ ptn | Água - 200ml | Sopa de ervilha com legumes e macarrão/Fruta | Água - 200ml | Chá de erva doce/Biscoito polvilho |
| 30/03 Segunda feira | Leite de soja/Biscoito cream crackers/ lactose e s/ ptn | Água - 200ml | Arroz/Feijão/Frango refogado/Salada de repolho/Fruta | Água - 200ml | Chá com Biscoito Polvilho | Água - 200ml | Sopa de legumes c/ macarrão | Água - 200ml | Vitamina de frutas s/ lactose e s/ ptn |
| 31/03 Terça feira | Leite de soja/Pão com Margarina vegetal | Água - 200ml | Arroz/Feijão/Coxinha da Asa assada/Milho refogado/Fruta | Água - 200ml | Leite de soja /Pão frances com pate de atum | Água - 200ml | Sopa de ervilha/ carne, cenoura, batata e macarrão/fruta | Água - 200ml | Chá com pão frances c/ margarina vegetal |