

Cardápio – Berçário I – Introdução Alimentar

1ª Semana – Mês de Janeiro/2022

	Lanche da MANHÃ	Almoço		Lanche da TARDE	Jantar
	Ofertar as frutas amassadas	Ofertar os legumes bem cozidos e amassados.		Ofertar as frutas amassadas	Ofertar os legumes bem cozidos e amassados.
SEGUNDA 10/01	Mamão	Feijão Inhame Brócolis Fruta	Mamadeira	Banana com aveia	Feijão Inhame Brócolis Fruta
TERÇA 11/01	Banana	Grão de bico Batata doce Abóbora Fruta	Mamadeira	Manga	Grão de bico Batata doce Abóbora Fruta
QUARTA 12/01	Mamão	Feijão Batata Beterraba Fruta	Mamadeira	Maçã raspada	Batata Beterraba Fruta
QUINTA 13/01	Creme de banana com mamão	Canja Fruta	Mamadeira	Abacate	Inhame Chuchu Carne Fruta
SEXTA 14/01	Maçã raspada	Ervilha Batata Abobrinha Fruta	Mamadeira	Banana	Batata Abobrinha Fruta

✚ **BERÇÁRIO I:** de 04 meses a 6 meses – Introdução Alimentar a partir do 6º mês. Ofertar as leguminosas amassadas e sem casca.

✚ **BERÇÁRIO II:** de 06 meses a 1 ano.

✚ **MINIMATERNAL:** de 1 ano e 3 meses a 2 anos e 4 meses.

* Cardápio sujeito a alterações com autorização prévia da nutricionista. O suco ofertado é natural e sem adição de açúcar.

Natália Lucarello
Nutricionista CRN 35501

Cardápio – Berçário I – Introdução Alimentar

2ª Semana – Mês de Janeiro/2022

	Lanche da MANHÃ	Almoço		Lanche da TARDE	Jantar
	Ofertar as frutas amassadas	Ofertar os legumes bem cozidos e amassados.		Ofertar as frutas amassadas	Ofertar os legumes bem cozidos e amassados.
SEGUNDA 17/01	Creme de banana com manga	Caldo de feijão Batata Brócolis Fruta	Mamadeira	Banana	Caldo de feijão Batata Brócolis Fruta
TERÇA 18/01	Mamão	Ervilha Inhame Abobrinha Fruta	Mamadeira	Manga	Ervilha Inhame Abobrinha Fruta
QUARTA 19/01	Creme de abacate com maçã	Canja Mandioquinha Brócolis Fruta	Mamadeira	Maçã	Canja Mandioquinha Brócolis Fruta
QUINTA 20/01	Maçã	Cenoura Ovo Cará Couve Fruta	Mamadeira	Banana com Aveia	Ervilha Cará Couve Fruta
SEXTA 21/01	Mamão com Aveia	Grão de bico Abóbora Couve flor Fruta	Mamadeira	Banana	Grão de bico Abóbora Couve flor Fruta

✚ **BERÇÁRIO I:** de 04 meses a 6 meses – Introdução Alimentar a partir do 6º mês. Ofertar as leguminosas amassadas e sem casca.

✚ **BERÇÁRIO II:** de 06 meses a 1 ano.

✚ **MINIMATERNAL:** de 1 ano e 3 meses a 2 anos e 4 meses.

* Cardápio sujeito a alterações com autorização prévia da nutricionista. O suco ofertado é natural e sem adição de açúcar.

Natália Lucarello
Nutricionista CRN 35501

Cardápio – Berçário I – Introdução Alimentar

3ª Semana – Mês de Janeiro/2022

	Lanche da MANHÃ	Almoço		Lanche da TARDE	Jantar
	Ofertar as frutas amassadas	Ofertar os legumes bem cozidos e amassados.		Ofertar as frutas amassadas	Ofertar os legumes bem cozidos e amassados.
SEGUNDA 24/01	Banana	Macarrão Frango Batata doce Chuchu Fruta	Mamadeira	Abacate	Batata doce Chuchu Fruta
TERÇA 25/01	Manga	Brócolis Carne Batata doce Abóbora Fruta	Mamadeira	Banana	Ervilha Batata doce Abóbora Fruta
QUARTA 26/01	Mamão	Grão de bico Mandioquinha Cenoura Fruta	Mamadeira	Pêra	Grão de bico Mandioquinha Cenoura Fruta
QUINTA 27/01	Mamão com aveia	Abóbora Inhame Brócolis Fruta	Mamadeira	Melão	Feijão Inhame Brócolis Fruta
SEXTA 28/01	Banana	Canja Batata couve Escarola Fruta	Mamadeira	Creme de abacate com maçã	Canja Batata couve Escarola Fruta

✚ **BERÇÁRIO I:** de 04 meses a 6 meses – Introdução Alimentar a partir do 6º mês. Ofertar as leguminosas amassadas e sem casca.

✚ **BERÇÁRIO II:** de 06 meses a 1 ano.

✚ **MINIMATERNAL:** de 1 ano e 3 meses a 2 anos e 4 meses.

* Cardápio sujeito a alterações com autorização prévia da nutricionista. O suco ofertado é natural e sem adição de açúcar.

Natália Lucarello
Nutricionista CRN 35501

Cardápio – Berçário I – Introdução Alimentar

4ª Semana – Mês de Janeiro/2022

	Lanche da MANHÃ	Almoço		Lanche da TARDE	Jantar
	Ofertar as frutas amassadas	Ofertar os legumes bem cozidos e amassados. Ofertar as carnes bem cozidas e em pedaços pequenos		Ofertar as frutas amassadas	Ofertar os legumes bem cozidos e amassados. Ofertar as carnes bem cozidas e em pedaços pequenos
SEGUNDA 31/01	Creme de banana com manga	Ervilha Inhame cenoura Fruta	Mamadeira	Maçã	Beterraba Inhame cenoura frango Fruta

✚ **BERÇÁRIO I:** de 04 meses a 6 meses – Introdução Alimentar a partir do 6º mês. Ofertar as leguminosas amassadas e sem casca.

✚ **BERÇÁRIO II:** de 06 meses a 1 ano.

✚ **MINIMATERNAL:** de 1 ano e 3 meses a 2 anos e 4 meses.

* Cardápio sujeito a alterações com autorização prévia da nutricionista. O suco ofertado é natural e sem adição de açúcar.

Natália Lucarello
Nutricionista CRN 35501