**Cardápio - Berçário I- De 12 a 18 meses – 2º SEMESTRE/2019**

**PRIMEIRA SEMANA**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Segunda** | **Terça** | **Quarta** | **Quinta** | **Sexta** |
| **Colação** | Mamão  Suco de fruta s/ açúcar  Pão sem leite | Manga  Suco de fruta s/ açúcar  Bolo de cenoura sem leite | Melão  Suco de fruta s/ açúcar  Biscoito de batata doce e chia | Banana  Suco de fruta s/ açúcar  Danoninho de inhame com manga | Uva sem semente  Suco de fruta s/ açúcar  Bolo de milho sem leite |
| **Almoço** | Arroz  Feijão  Batata, beterraba, couve-flor  Carne moída | Risotinho **(**Arroz, cenoura, mandioquinha, espinafre e frango)  Feijão | Arroz  Feijão  Abóbora, cará, agrião  Carne | Arroz  Feijão  Beterraba, mandioca, couve,  Frango | Arroz  Lentilha  Abobrinha, inhame, brócolis  Peixe |
| **Extra** | Chá | Suco de fruta s/ açúcar | Chá | Suco de fruta s/ açúcar | Chá |
| **Lanche** | Banana  Suco de fruta s/ açúcar  Tapioca | Goiaba sem pele e sem semente  Suco de fruta s/ açúcar  Danoninho de inhame com mamão | Pera  Suco de fruta s/ açúcar  Cuscuz | Laranja  Suco de fruta s/ açúcar  Pão sem leite | Maçã    Suco de fruta s/ açúcar  Tapioca |
| **Jantar** | **Sopa:**  Arroz  Batata, abobrinha, couve  Peixe | **Sopa:**  Macarrão  Cenoura, batata, brócolis  Carne | **Canja:**  Arroz,  vagem, beterraba, inhame  Frango | **Sopa:**  Macarrão,  Chuchu, batata, agrião  Carne moída | **Canja:**  Arroz,  Abóbora, mandioquinha, espinafre  Frango |
| **Adicionais** | **Farinha de linhaça e azeite de oliva** | | | | |

**Cardápio - Berçário I- De 12 a 18 meses - 2º SEMESTRE/2019**

**SEGUNDA SEMANA**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Segunda** | **Terça** | **Quarta** | **Quinta** | **Sexta** |
| **Colação** | Banana  Suco de fruta s/ açúcar  Cuscuz | Melão  Suco de fruta s/ açúcar  Bolo de laranja sem leite | Manga  Suco de fruta s/ açúcar  Panquequinha nutritiva de banana | Mamão  Suco de fruta s/ açúcar  Danoninho de inhame com goiaba | Manga  Suco de fruta s/ açúcar  Bolo de banana sem leite |
| **Almoço** | Arroz  Feijão  Chuchu, batata doce,  Peixe | Arroz  Lentilha  Mandioca, cenoura, brócolis  Carne | Arroz  Feijão  Abobrinha, inhame, agrião,  Frango | Arroz  Feijão  Abóbora, beterraba  Carne moída | Arroz  Feijão  Cará, batata doce, espinafre  Frango |
| **Extra** | Chá | Suco de fruta s/ açúcar | Chá | Suco de fruta s/ açúcar | Chá |
| **Lanche** | Mamão  Suco de fruta s/ açúcar  Tapioca | Goiaba s/ pele e semente  Suco de fruta s/ açúcar  Danoninho de inhame com mamão | Banana    Suco de fruta s/ açúcar  Pão sem leite | Uva sem semente  Suco de fruta s/ açúcar  Cuscuz | Pera  Suco de fruta s/ açúcar  Pão sem leite |
| **Jantar** | **Sopa:**  Macarrão  Beterraba, inhame, brócolis  Carne moída | **Canja:**  Arroz  Abóbora, chuchu, couve  Frango | **Sopa:**  Macarrão  beterraba, cenoura, espinafre  Carne | **Sopa:**  Arroz,  Batata, vagem, abobrinha  Peixe | **Sopa:**  Macarrão,  Inhame, chuchu, cenoura  Carne moída |
| **Adicionais** | **Farinha de linhaça e azeite de oliva** | | | | |

**Cardápio - Berçário I- De 12 a 18 meses - 2º SEMESTRE/2019**

**TERCEIRA SEMANA**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Segunda** | **Terça** | **Quarta** | **Quinta** | **Sexta** |
| **Colação** | Goiaba s/ semente  Suco de fruta s/ açúcar  Pão sem leite | Manga  Suco de fruta s/ açúcar  Bolo de milho sem leite | Melão  Suco de fruta s/ açúcar  Biscoito de batata doce e chia | Pera  Suco de fruta s/ açúcar  Danoninho de inhame c/ manga | Banana  Suco de fruta s/ açúcar  Bolo de maçã sem leite |
| **Almoço** | Risotinho (Arroz  Abóbora, mandioquinha, couve e  Peixe)  Feijão | Arroz  Feijão  Cenoura, cará, agrião,  Frango | Arroz  Feijão  Inhame, brócolis, beterraba  Carne moída | Arroz  Lentilha  Chuchu, couve-flor, abóbora  Frango | Arroz  Feijão  Abobrinha, mandioca  Carne |
| **Extra** | Chá | Suco de fruta s/ açúcar | Chá | Suco de fruta s/ açúcar | Chá |
| **Lanche** | Maçã  Suco de fruta s/ açúcar  Tapioca | Uva sem semente  Suco de fruta s/ açúcar  Danoninho de inhame com mamão | Mamão  Suco de fruta s/ açúcar  Pão sem leite | Manga  Suco de fruta s/ açúcar  Cuscuz | Pera  Suco de fruta s/ açúcar  Pão sem leite |
| **Jantar** | **Canja:**  Arroz  Abobrinha, inhame, brócolis  Frango | **Sopa:**  Macarrão,  abóbora, espinafre, batata  Carne | **Canja:**  Arroz  Chuchu, cará, couve,  Frango | **Sopa:**  Macarrão,  Brócolis, beterraba, inhame  Carne | Sopa:  Arroz,  Batata, cenoura, vagem  Peixe |
| **Adicionais** | **Farinha de linhaça e azeite de oliva** | | | | |

**Cardápio - Berçário I- De 12 a 18 meses - 2º SEMESTRE/2019**

**QUARTA SEMANA**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Segunda** | **Terça** | **Quarta** | **Quinta** | **Sexta** |
| **Colação** | Mamão  Suco de fruta s/ açúcar  Cuscuz | Manga  Suco de fruta s/ açúcar  Bolo de cenoura sem leite | Melão  Suco de fruta s/ açúcar    Panquequinha nutritiva de banana | Banana  Suco de fruta s/ açúcar  Danoninho de inhame com manga | Pera  Suco de fruta s/ açúcar  Bolo de banana sem leite |
| **Almoço** | Arroz  Feijão  Batata doce, inhame, brócolis  Frango | Arroz  Lentilha  Abóbora, chuchu, couve  Carne moída | Arroz  Feijão  Mandioquinha, cenoura, espinafre  Frango | Arroz  Feijão  Batata, vagem, abobrinha  Carne | Arroz  Feijão  Mandioca, brócolis, cenoura  Frango |
| **Extra** | Chá | Suco de fruta s/ açúcar | Chá | Suco de fruta s/ açúcar | Chá |
| **Lanche** | Banana  Suco de fruta s/ açúcar  Tapioca | Uva sem semente  Suco de fruta s/ açúcar  Danoninho de inhame com goiaba | Pera  Suco de fruta s/ açúcar  Cuscuz | Manga  Suco de fruta s/ açúcar  Pão sem leite | Maçã    Suco de fruta s/ açúcar  Tapioca |
| **Jantar** | **Sopa:**  Macarrão,  chuchu, batata, couve  Carne | **Sopa:**  Arroz  Mandioca, cenoura, brócolis  Peixe | **Sopa:**  Macarrão  Beterraba, abobrinha, inhame,  Carne moída | **Canja:**  Arroz,  Chuchu, couve, batata  Frango | **Sopa:**  Macarrão,  beterraba, abobrinha, espinafre  Carne moída |
| **Adicionais** | **Farinha de linhaça e azeite de oliva** | | | | |