**Cardápio - Berçário I- De 12 a 18 meses – 1º SEMESTRE 2021**

**PRIMEIRA SEMANA**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Segunda** | **Terça** | **Quarta** | **Quinta** | **Sexta** |
| **Colação** | Mamão / maçãSuco de fruta s/ açúcar Pão sem leite | Manga / melãoSuco de fruta s/ açúcar Bolo de banana s/ leite s/ açúcar | Melão / goiabaSuco de fruta s/ açúcar Biscoito de batata doce e chia | Banana / abacateSuco de fruta s/ açúcar Danoninho de inhame c/ manga | Uva sem semente / manga Suco de fruta s/ açúcar Bolo de milho s/ leite s/ açúcar |
| **Almoço** | ArrozFeijãoBatata, beterrabaCarne moída | Risotinho **(**Arroz, cenoura, mandioca, espinafre e frango)Feijão | ArrozFeijãoAbóbora, cará, agriãoCarne  | ArrozFeijãoBeterraba, mandioca, couve, Frango | LentilhaAbobrinha, inhame, brócolisCarne moída |
| **Lanche** | Banana / Uva sem sementeSuco de fruta s/ açúcar Tapioca c/ azeite | Goiaba / mamãoSuco de fruta s/ açúcar Danoninho de inhame com mamão | Pera / bananaSuco de fruta s/ açúcar Cuscuz  | Manga / LaranjaSuco de fruta s/ açúcar Pão sem leite | Maçã/ mamãoSuco de fruta s/ açúcar Tapioca c/ azeite  |
| **Jantar** | **Sopa:** ArrozBatata, abobrinha, couveFrango | **Sopa:**Macarrão Cenoura, batata, brócolisCarne  | **Canja:**Arroz,Vagem, beterraba, inhame Frango  | **Sopa:**Macarrão,Cenoura, batata, agrião Carne moída | **Canja:**Arroz, Abóbora, mandioca, chuchuFrango |
| **Adicionais** | **Farinha de linhaça e azeite de oliva** |

**Cardápio - Berçário I- De 12 a 18 meses - 1º SEMESTRE 2021**

**SEGUNDA SEMANA**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Segunda** | **Terça** | **Quarta** | **Quinta** | **Sexta** |
| **Colação** | Banana / melão Suco de fruta s/ açúcar Cuscuz | Melão / maçã Suco de fruta s/ açúcar Bolo de laranja s/ leite s/ açúcar | Manga / goiaba Suco de fruta s/ açúcar Panquequinha nutritiva de banana | Mamão / melãoSuco de fruta s/ açúcar Danoninho de inhame c/ manga | Manga / maçãSuco de fruta s/ açúcar Bolo de banana s/ leite s/ açúcar |
| **Almoço** | ArrozFeijãoChuchu, batata doce, Frango | ArrozLentilha Mandioca, cenoura, brócolisCarne  | ArrozFeijão Abobrinha, inhame, agrião,Frango  | ArrozFeijãoAbóbora, beterrabaCarne moída | ArrozFeijãoCará, batata doceFrango  |
| **Lanche** | Mamão / mangaSuco de fruta s/ açúcar Tapioca c/ azeite | Goiaba / mamãoSuco de fruta s/ açúcar Danoninho de inhame com mamão | Banana / abacateSuco de fruta s/ açúcar Pão sem leite | Uva sem semente / maçãSuco de fruta s/ açúcar Cuscuz | Pera / mamãoSuco de fruta s/ açúcar Pão sem leite |
| **Jantar** | **Sopa:** MacarrãoBeterraba, inhame Carne moída | **Canja:**ArrozAbóbora, chuchu, couveFrango  | **Sopa:**MacarrãoBeterraba, cenoura, espinafreCarne moída | **Sopa:**Arroz,Batata, vagem, abobrinhaFilé de peixe  | **Sopa:**Macarrão, Inhame, chuchu, cenouraCarne moída |
| **Adicionais** | **Farinha de linhaça e azeite de oliva** |

**Cardápio - Berçário I- De 12 a 18 meses - 1º SEMESTRE 2021**

**TERCEIRA SEMANA**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Segunda** | **Terça** | **Quarta** | **Quinta** | **Sexta** |
| **Colação** | Melão / bananaSuco de fruta s/ açúcar Pão sem leite | Manga / mamãoSuco de fruta s/ açúcar Bolo de milho s/ leite s/ açúcar | Melão / bananaSuco de fruta s/ açúcar Biscoito de batata doce e chia | Pera / goiabaSuco de fruta s/ açúcar Danoninho de inhame c/ manga | Banana / abacateSuco de fruta s/ açúcar Bolo de maçã s/ leite s/ açúcar |
| **Almoço** | Risotinho (Arroz Abóbora, mandioquinha, couve eCarne moída)Feijão  | ArrozFeijão Cenoura, cará, agrião,Frango  | ArrozFeijão Inhame, brócolis, beterrabaCarne moída | ArrozLentilhaChuchu, abóboraFrango  | ArrozFeijão Abobrinha, mandiocaCarne moída |
| **Lanche** | Maçã / mamãoSuco de fruta s/ açúcar Tapioca com azeite | Uva sem semente / bananaSuco de fruta s/ açúcar Danoninho de inhame com mamão | Mamão / maçã Suco de fruta s/ açúcar Pão sem leite | Manga / mamãoSuco de fruta s/ açúcar Cuscuz  | Mamão / maçãSuco de fruta s/ açúcar Pão sem leite |
| **Jantar** | **Canja:** ArrozAbobrinha, inhame, cenouraFrango  | **Sopa:**Macarrão, Abóbora, espinafre, batataCarne moída | **Canja:**Arroz Chuchu, cará, couve,Frango  | **Sopa:**Macarrão,Abóbora, beterraba, inhameCarne  | Sopa:Arroz, Batata, cenoura, vagemFrango |
| **Adicionais** | **Farinha de linhaça e azeite de oliva** |

**Cardápio - Berçário I- De 12 a 18 meses - 1º SEMESTRE 2021**

**QUARTA SEMANA**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Segunda** | **Terça** | **Quarta** | **Quinta** | **Sexta** |
| **Colação** | Mamão / melãoSuco de fruta s/ açúcar Cuscuz  | Manga / maçãSuco de fruta s/ açúcar Bolo de maçã sem leite s/ açúcar | Melão / mangaSuco de fruta s/ açúcar  Panquequinha nutritiva de banana | Banana / mamãoSuco de fruta s/ açúcar Danoninho de inhame c/ manga | Pera / goiabaSuco de fruta s/ açúcar Bolo de banana sem leite |
| **Almoço** | ArrozFeijão Batata doce, inhame, brócolis.Frango  | ArrozLentilha Cenoura, chuchu, couveCarne moída | ArrozFeijão Mandioquinha, beterraba, espinafreFrango | ArrozFeijãoBatata, vagem, abobrinhaCarne  | ArrozFeijãoMandioca, brócolis, cenouraFrango  |
| **Lanche** | Banana / abacateSuco de fruta s/ açúcar Tapioca c/ azeite | Uva sem semente / peraSuco de fruta s/ açúcar Danoninho de inhame com banana | Banana / MamãoSuco de fruta s/ açúcar Cuscuz  | Manga / melãoSuco de fruta s/ açúcar Pão sem leite | Maçã / bananaSuco de fruta s/ açúcar Tapioca com azeite |
| **Jantar** | **Sopa:** Macarrão, Chuchu, batata, couveCarne   | **Sopa:**ArrozMandioca, cenoura, vagemPeixe  | **Sopa:**MacarrãoBeterraba, abobrinha, inhame,Carne moída  | **Canja:**Arroz,Chuchu, couve, batataFrango  | **Sopa:**Macarrão,  Beterraba, abobrinha, espinafreCarne moída |
| **Adicionais** | **Farinha de linhaça e azeite de oliva** |