

Berçário

Calendário do cardápio 2019

Janeiro

02 à 04	1ª semana
07 à 11	2ª semana
14 à 18	3ª semana
21 à 24	4ª semana

Fevereiro

29/01 à 01/02	5ª semana
04 à 08	1ª semana
11 à 15	2ª semana
18 à 22	3ª semana

Março

25/02 à 01/03	4ª semana
07 à 08	5ª semana
11 à 15	1ª semana
18 à 22	2ª semana
25 à 29	3ª semana

Abril

01 à 05	4ª semana
08 à 12	5ª semana
15 à 18	1ª semana
22 à 26	2ª semana

Maiο

29/04 à 03/05	3ª semana
06 à 10	4ª semana
13 à 17	5ª semana
20 à 24	1ª semana
27 à 31	2ª semana

Junho

03 à 07	3ª semana
10 à 14	4ª semana
17 à 21	5ª semana
24 à 28	1ª semana

Julho

01 à 05 2ª semana
08 à 12 3ª semana
15 à 19 4ª semana
22 à 26 5ª semana

Agosto

29/07 à 02/08 1ª semana
05 à 09 2ª semana
12 à 16 3ª semana
19 à 23 4ª semana
26 à 30 5ª semana

Setembro

02 à 06 1ª semana
09 à 13 2ª semana
16 à 20 3ª semana
23 à 27 4ª semana

Outubro

30/09 à 04/10 5ª semana
07 à 11 1ª semana
15 à 18 2ª semana
21 à 25 3ª semana
28 à 01/11 4ª semana

Novembro

04 à 08 5ª semana
11 à 14 1ª semana
18 à 22 2ª semana
25 à 29 3ª semana

Dezembro

02 à 06 4ª semana
09 à 11 5ª semana

PRIMEIRA SEMANA

			2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
07h30	Café da manhã	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
09h00	Lanche	Fruta	01	02	03	04	05
11h00	Almoço	Sopa	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
12h50	Mamadeira	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
14h30	Lanche	Fruta	06	07	08	09	10
16h00	Jantar	Sopa	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)

SEGUNDA SEMANA

			2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
07h30	Café da manhã	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
09h00	Lanche	Fruta	11	01	02	03	04
11h00	Almoço	Sopa	(6)	(7)	(8)	(9)	(1)
12h50	Mamadeira	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
14h30	Lanche	Fruta	05	06	07	08	09
16h00	Jantar	Sopa	(6)	(7)	(8)	(9)	(1)

TERCEIRA SEMANA

			2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
07h30	Café da manhã	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
09h00	Lanche	Fruta	10	11	01	02	03

11h00	Almoço	Sopa	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
12h50	Mamadeira	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
14h30	Lanche	Fruta	04	05	06	07	08
16h00	Jantar	Sopa	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)

QUARTA SEMANA

			2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
07h30	Café da manhã	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
09h00	Lanche	Fruta	09	10	11	01	02
11h00	Almoço	Sopa	(7)	(8)	(9)	(1)	(2)
12h50	Mamadeira	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
14h30	Lanche	Fruta	03	04	05	06	07
16h00	Jantar	Sopa	(7)	(8)	(9)	(1)	(2)

QUINTA SEMANA

			2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
07h30	Café da manhã	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
09h00	Lanche	Fruta	08	09	10	11	09
11h00	Almoço	Sopa	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)
12h50	Mamadeira	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
14h30	Lanche	Fruta	02	03	04	05	06
16h00	Jantar	Sopa	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)

SOPAS

1. Espinafre, cenoura, inhame, frango, caldo, arroz integral e alecrim.
2. Mandioquinha, batata-doce, abobrinha, carne, caldo, bardana, couve e salsaõ.

3. Couve, cenoura, inhame, vagem, arroz integral , frango, caldo e alho poró.
4. Acelga, vagem, cenoura, cará, carne, caldo, aveia, uma pitada de gengibre e erva-doce.
5. Couve, mandioca, chuchu, abóbora, frango e caldo.
6. Brócolis, mandioquinha, feijão, carne, caldo, macarrão e uma folha de louro.
7. Mostarda, beterraba, cará, fubá, couve-flor, frango, caldo e manjerição.
8. Cenoura, alface, batata doce, aveia em flocos e fígado.
9. Ervilha, folha de louro, alho poró, gengibre, cenoura, beterraba, cebola, alho

OBSERVAÇÕES GERAIS:

Iniciaremos o uso do copo com tampa a partir de 10 meses para tomar água e suco.

Ofereceremos frutas em pedaços e bolacha integral para crianças de um ano, com o intuito de estimulá-las à maior autonomia durante a alimentação e exercitar a mastigação.

Todas as sopas são preparadas com óleo de girassol, cebola, alho, salsinha, folhas frescas de orégano, manjerição ou alecrim. Por volta de 10 meses de idade, sugerimos o cardápio da pré-escola. Os sucos só serão liberados por sugestão da família.

FRUTAS

1. Banana prata
2. Banana maçã
3. Mamão
4. Maçã
5. Pera
6. Pêssego
7. Ameixa
8. Abacate
9. Melancia
10. Caqui
11. Manga