


Cardápioaté 12 meses


	2ª feira 01/jan	3ª feira 02/jan	4ª feira 03/jan	5ª feira 04/jan	6ª feira 05/jan
Manhã		Mamão	Manga	Maçã	Pera
Almoço		Suco de maçã	Suco de laranja	Suco Laranja / Beterraba	Suco de Acerola
Tarde		Mandioca, ervilha, cenoura, vagem, arroz c/ carne Suco de laranja Banana	Cará, cenoura, abóbora, abobrinha, acelga c/ carne Suco de manga Pera	Mandioquinha, chuchu, beterraba, inhame, couve e frango Suco de Mamão Manga	Brócolis, batata, arroz, cenoura, Carne Suco de Laranja Banana
Jantar		Manga + Farinha Láctea Suco de Acerola	Ameixa + aveia Suco de Laranja	Pera + Mucilon Suco de Caju	Pêssego + farinha de arroz Suco de Manga
		Creme de brócolis, mandioquinha, milho c/ carne Suco de Manga	Sopa de frango c/ feijão branco, couve-flor e mandioca Limonada	Sopa Tomate c/ macarrão Suco de Goiaba	Sopa de Legumes Suco de Maracujá

	2ª feira 08/jan	3ª feira 09/jan	4ª feira 10/jan	5ª feira 11/jan	6ª feira 12/jan
Manhã	Melão Suco de Laranja	Ameixa Suco de Acerola	Mamão Suco de Maçã	Banana Suco de Goiaba	Manga Suco de laranja e cenoura
Almoço	Arroz, batata, figado, couve grão de bico Suco de Manga Mamão	Cenoura, ervilha, batata doce, frango Suco de Pêssego Banana	Mandioquinha, espinafre, carne e feijão branco Suco de Laranja Pera	Figado c/ batata, mandioquinha, milho e acelga Suco de Acerola Pêssego	Frango c/ lentilhas, cenoura, tomates e macarrão Suco de Pêssego Maçã
Tarde	Manga + Farinha Láctea Suco de laranja	Abacate Suco de Maracujá	Goiaba + banana Suco de Acerola	Pera + farinha láctea Suco de melão	Melão + Neston Suco de Manga
Jantar	Frango c/ mandioca, brócolis e abóbora Suco de melão	Figado c/ grão de bico, beterraba, salsão e batata Suco de Manga	Carne c/ abóbora, chuchu, berinjela e cará Limonada	Frango c/ abobrinha, arroz, couve e mandioquinha Suco de Laranja	Carne c/ beterraba, batata, salsão e feijão branco Suco de abacaxi

Obs.: Todas as crianças comem 1/2 gema de ovo cozida e amassada na papinha do almoço. Os legumes aos poucos serão amassados com garfo, para que as crianças se habituem à nova consistência da alimentação.

Senhores Pais/Responsáveis: Caso este cardápio contenha algum alimento que seu filho não possa consumir, por favor, circule-o e nos informe com antecedência.


Cardápio de 12 a 18 meses

	2ª feira 01/jan	3ª feira 02/jan	4ª feira 03/jan	5ª feira 04/jan	6ª feira 05/jan
Manhã		Mamão	Manga	Maçã	Pera
Almoço		Suco de maçã	Suco de laranja	Suco Laranja / Beterraba	Suco de Acerola
Tarde		Arroz, feijão Carne moída refogada Creme de milho Salada de alface Suco de Goiaba Banana	Arroz, feijão Estrogonofe de frango Creme de espinafre Salada Alfaca / Rúcula Suco de laranja Maçã	Arroz, feijão Carne de panela Brócolis refogado Salada Beterraba / Maçã Suco de Maracujá Salada de fritas	Arroz, feijão Peixe com salsinha Brócolis refogado Creme de milho Salada Rúcula / Acelga Suco de melancia Banana
Jantar		Manga + Farinha Láctea Suco de laranja	Ameixa + aveia Suco de Laranja	Pera + Mucilon Suco de Caju	Pêssego + farinha de arroz Suco de Manga
		Macarronada Suco de Abacaxi	Arroz de forno Limonada	Creme de lentilha Suco de Goiaba	Batata com requeijão Suco de Maracujá

	2ª feira 08/jan	3ª feira 09/jan	4ª feira 10/jan	5ª feira 11/jan	6ª feira 12/jan
Manhã	Melão Suco de Laranja	Ameixa Suco de Acerola	Mamão Suco de Maçã	Banana Suco de Goiaba	Manga Suco de laranja e cenoura
Almoço	Arroz, feijão Tirinhas de Frango ao requeijão Purê de Batata Salada Alfaca americana Suco de Manga Mamão	Arroz, feijão Carne de panela Cenoura e ervilha refogadas Salada Tomate / Espinafre Suco de Goiaba Pudim	Arroz, feijão Peixe com salsinha Brócolis refogado Salada de Pepino Suco de Laranja Maçã	Arroz, feijão Kibe de forno Creme de Milho Salada de Rúcula Suco de Acerola Ameixa	Arroz, feijão Nuggets de Frango Purê de mandioquinha Salada de Agridão Suco Laranja/Beterraba Banana
Tarde	Manga + Farinha Láctea Suco de laranja	Abacate Suco de Maracujá	Goiaba + banana Suco de Acerola	Pera + farinha láctea Suco de melão	Melão + Neston Suco de Manga
Jantar	Macarronada Suco de Acerola	Canja Suco de manga	Creme de Abóbora Suco de maracujá	Batata assada com requeijão Limonada	Sopa de feijão com macarrão Suco de Abacaxi

Senhores Pais/Responsáveis: Caso este cardápio contenha algum alimento que seu filho não possa consumir, por favor, circule-o e nos informe com antecedência.

Cardápio acima de 18 meses

	2ª feira 01/jan	3ª feira 02/jan	4ª feira 03/jan	5ª feira 04/jan	6ª feira 05/jan
Manhã		Mamão	Pão de mel	Maçã	Bolo
Almoço		Suco de laranja	Leite com fruta	Suco de laranja + cenoura	Leite com frutas
Tarde		Arroz, feijão Carne moída refogada Creme de milho Salada de alface Suco de Goiaba Banana	Arroz, feijão Estrogonofe de frango Creme de espinafre Salada Alfaca / Rúcula Suco de laranja Maçã	Arroz, feijão Carne de panela Brócolis refogado Salada Beterraba / Maçã Suco de Maracujá Salada de fritas	Arroz, feijão Peixe com salsinha Creme de milho Salada Rúcula / Acelga Suco de melancia Banana
Jantar		Pera + pão com queijo Suco de Acerola	Salada de frutas + bolo Suco de Laranja	Maçã + pão integral com requeijão Limonada	Pera + bisnaga c/ Geleia Suco de Manga
		Macarronada Suco de Abacaxi	Arroz de forno Limonada	Creme de lentilha Suco de Goiaba	Batata com requeijão Suco de Maracujá

	2ª feira 08/jan	3ª feira 09/jan	4ª feira 10/jan	5ª feira 11/jan	6ª feira 12/jan
Manhã	Bisnaguinha com requeijão Leite c/ fruta	Mamão Suco de Laranja	Bolo Leite c/ frutas	Banana Suco de Goiaba	Pão de mel Leite c/ Frutas
Almoço	Arroz, feijão Tirinhas de Frango ao requeijão Purê de Batata Salada Alfaca americana Suco de Manga Mamão	Arroz, feijão Carne de panela Cenoura e ervilha refogadas Salada Tomate / Espinafre Suco de Goiaba Salada de frutas	Arroz, feijão Peixe com salsinha Brócolis refogado Salada de Pepino Suco de Laranja Maçã	Arroz, feijão Kibe de forno Creme de Milho Salada de Rúcula Suco de Acerola Gelatina	Arroz, feijão Nuggets de Frango Purê de mandioquinha Salada de Agridão Suco Laranja/Beterraba Banana
Tarde	Banana + bolacha de aveia e maçã Limonada	Pera + pão doce Suco de Acerola	Salada de frutas + biscoito Amanteigado Suco de Abacaxi	Mamão + bolacha salgada Suco de Manga	Maçã + bolo de baunilha suco de laranja
Jantar	Macarronada Suco de Acerola	Canja Suco de manga	Creme de Abóbora Suco de maracujá	Batata assada com requeijão Limonada	Sopa de feijão com macarrão Suco de Abacaxi

Senhores Pais/Responsáveis: Caso este cardápio contenha algum alimento que seu filho não possa consumir, por favor, circule-o e nos informe com antecedência.