

## CARDÁPIO FEVEREIRO - BERÇÁRIO II

		SEGUNDA-FEIRA 06/02/2023	TERÇA-FEIRA 07/02/2023	QUARTA-FEIRA 08/02/2023	QUINTA-FEIRA 09/02/2023	SEXTA-FEIRA 10/02/2023	
1ª SEMANA	LANCHE DA MANHÃ  07:40h	- Leite com cacau (ou fórmula infantil)  - Pão com nata	- Chá natural  - Bolo de maçã sem açúcar	- Leite com cacau (ou fórmula infantil)  - Biscoito de gergelim	- Suco natural  - Pão com ovos mexidos	- vitamina de frutas (ou fórmula infantil)  - Biscoito integral	
	ALMOÇO  10:10h	- Arroz e feijão  - Carne bovina ao molho - Legumes refogados - Salada  - Fruta	- Macarrão com carne moída ao molho  - Salada  - Fruta	- Arroz e feijão  - Carne suína em cubos - Batata doce refogada - Salada  - Fruta	- Risoto de frango com legumes  - Salada  - Fruta	- Arroz e feijão  - Carne de panela com batata e cenoura - Salada  - Fruta	
	LANCHE DA TARDE  13:40h	Frutas picadas	Salada de frutas	Frutas picadas	Frutas picadas	Frutas picadas	
	JANTAR  15:40h	- Canjiquinha cremosa - Carne moída ao molho - Salada	- Arroz e feijão - Ovo cozido - Legumes sauté - Salada	- Polenta cremosa com carne de frango ao molho - Salada	- Arroz e feijão - Carne bovina em iscas com legumes - Salada	- Arroz integral com lentilha - Carne suína refogada - Purê de abóbora - Salada	
Composição nutricional (média semanal)		714 kcal / CHO: 85,2 g / PTN: 20 g / LP: 10 g		Vit A: 216 mcg	Vit C: 36,4 mg	Cálcio: 173 mg	Fe: 6,3 mg

**FRUTAS DA SEMANA:** banana, kiwi, mamão, pêra

**VERDURAS DA SEMANA:** alface, tomate, pepino, beterraba

**\*Açúcar, mel, melado e semelhantes não devem ser adicionados.**

**Observação: Cardápio sujeito a alterações. As frutas e verduras podem variar de acordo com a época.**

## CARDÁPIO FEVEREIRO - BERÇÁRIO II

		SEGUNDA-FEIRA 13/02/2023	TERÇA-FEIRA 14/02/2023	QUARTA-FEIRA 15/02/2023	QUINTA-FEIRA 16/02/2023	SEXTA-FEIRA 17/02/2023	
2ª SEMANA	LANCHE DA MANHÃ  07:40h	- Chá de frutas - Pão com queijo	- Leite com cacau (ou fórmula infantil) - Pão ovos mexidos	- Vitamina de frutas (ou fórmula infantil) - Biscoito salgado	- Chá natural - Pão com manteiga	- Leite integral (ou fórmula infantil) - Bolo de frutas	
	ALMOÇO  10:10h	- Arroz e feijão - Carne suína ao molho - Repolho e cenoura refogados - Fruta	- Arroz carreteiro com legumes - Salada - Fruta	- Arroz e feijão - Ovo cozido - Abóbora refogada - Salada - Fruta	- Arroz e feijão - Carne de frango em iscas com brócolis - Salada - Fruta	- Arroz integral - Carne bovina de panela - Mandioca cozida - Salada - Fruta	
	LANCHE DA TARDE  13:40h	Frutas picadas	Sorvete de banana com manga	Frutas picadas	Frutas picadas	Frutas picadas	
	JANTAR  15:40h	- Arroz - Torta de batata com carne moída - Salada	- Arroz e feijão - Carne de frango em iscas com legume - Salada	- Canjiquinha cremosa - Carne suína em cubos - Salada	- Macarrão colorido com carne moída ao molho - Salada	- Arroz e feijão - Frango (coxa/sob) assado com batata - Salada	
Composição nutricional (média semanal)		721 kcal / CHO: 96,3 g / PTN: 22 g / LP: 12,1 g		Vit A: 213,5 mcg	Vit C: 32 mg	Cálcio: 174,6 mg	Fe: 7 mg

**FRUTAS DA SEMANA:** banana, ameixa, melão, uva

**VERDURAS DA SEMANA:** acelga, tomate, repolho, brócolis

**\*Açúcar, mel, melado e semelhantes não devem ser adicionados.**

**Observação: Cardápio sujeito a alterações. As frutas e verduras podem variar de acordo com a época.**



## CARDÁPIO FEVEREIRO - BERÇÁRIO II

		SEGUNDA-FEIRA 20/02/2023	TERÇA-FEIRA 21/02/2023	QUARTA-FEIRA 22/02/2023	QUINTA-FEIRA 23/02/2023	SEXTA-FEIRA 24/02/2023	
3ª SEMANA	LANCHE DA MANHÃ  07:40h				- Leite com cacau (ou fórmula infantil) - Pão com manteiga	- Chá de frutas - Torta salgada com legumes	
	ALMOÇO  10:10h	RECESSO	FERIADO	RECESSO	- Macarrão na manteiga - Frango em iscas com tomate e cenoura - Salada - Fruta	- Arroz e feijão - Quibe assado - Vagem sauté - Fruta	
	LANCHE DA TARDE  13:40h				Frutas picadas	Frutas picadas	
	JANTAR  15:40h				- Arroz e feijão - Carne bovina em molho com mandioca - Salada	- Polenta cremosa - Carne suína ao molho - Salada	
Composição nutricional (média semanal)		692,6 kcal / CHO: 91,4 g / PTN: 23,1 g / LP: 11,7 g		Vit A: 206,5 mcg	Vit C: 26,2 mg	Cálcio: 171 mg	Fe: 6,2 mg

**FRUTAS DA SEMANA:** banana, maçã, abacaxi, mamão

**VERDURAS DA SEMANA:** alface, tomate, repolho, abobrinha

**\*Açúcar, mel, melado e semelhantes não devem ser adicionados.**

**Observação:** Cardápio sujeito a alterações. As frutas e verduras podem variar de acordo com a época.



## CARDÁPIO FEVEREIRO - BERÇÁRIO II

		SEGUNDA-FEIRA 27/02/2023	TERÇA-FEIRA 28/02/2023	QUARTA-FEIRA 01/03/2023	QUINTA-FEIRA 02/03/2023	SEXTA-FEIRA 03/03/2023	
4ª SEMANA	LANCHE DA MANHÃ  07:40h	- Leite com cacau (ou fórmula infantil)  - Biscoito salgado	- Chá natural  - Pão com ovos mexidos				
	ALMOÇO  10:10h	- Arroz  - Panqueca com carne moída  - Salada  - Fruta	- Arroz  - virado de feijão  - Carne suína em cubos  - Couve refogada  - Fruta				
	LANCHE DA TARDE  13:40h	Frutas picadas	Frutas picadas				
	JANTAR  15:40h	- Arroz e feijão  - Carne bovina ao molho  - Farofa de legumes  - Salada	- Canjiquinha cremosa  - Carne de frango ao molho  - Legumes na manteiga				
Composição nutricional (média semanal)		714,3 kcal / CHO: 92 g / PTN: 19,6 g / LP: 14,6 g		Vit A: 231,2 mcg	Vit C: 27,8 mg	Cálcio: 172,3 mg	Fe: 7,2 mg

**FRUTAS DA SEMANA:** banana, maçã, kiwi, melancia  
**VERDURAS DA SEMANA:** alface, tomate, cenoura, brócolis

**\*Açúcar, mel, melado e semelhantes não devem ser adicionados.**

**Observação: Cardápio sujeito a alterações. As frutas e verduras podem variar de acordo com a época.**



## ORIENTAÇÕES

- Oferecer água no decorrer do dia a todas as crianças.
- Para crianças **menores de 1 ano**, utilizar fórmula infantil.
- A fórmula infantil deve ser oferecida em copo ou com a utilização de colheres e, seguir a orientação do rótulo para cada faixa etária.
- Crianças com necessidades especiais, deve-se fazer uso de fórmulas específicas e realizar a substituição dos alimentos conforme orientação.
- A individualidade da criança deve ser sempre respeitada.
- A criança deve ser acompanhada pelo profissional responsável no momento das refeições.
- Os sinais de fome e saciedade da criança devem ser observados atentamente.
- A consistência das preparações deve ser respeitada para cada faixa etária, conforme descrição abaixo:

IDADE	TEXTURA	QUANTIDADE
A partir dos 6 meses	Alimentos bem amassados, raspados ou bem desfiados	Iniciar com 2 a 3 colheres de sopa e aumentar quantidade conforme aceitação ( $\pm$ 1 colher de sobremesa de cada grupo alimentar)
A partir dos 7 meses	Alimentos bem amassados ou picados	Cerca de 3 a 4 colheres de sopa (respeitando cada grupo alimentar)
9 a 11 meses	Alimentos bem cortados e aumentar a consistência gradativamente	Cerca de 4 a 5 colheres de sopa (respeitando cada grupo alimentar)
1 a 2 anos	Alimentos cortados pequenos	Cerca de 5 a 6 colheres de sopa (respeitando cada grupo alimentar)

- Toda particularidade deve ser repassada e acompanhada pelo RT Nutricionista.

Carla Denise Tavares de Miranda  
RT Nutricionista – CRN8 5614