

CARDÁPIO FEVEREIRO - BERÇÁRIO I (INTEGRAL)

		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 08:30h	→ Fruta → Fórmula Infantil	→ Fruta → Fórmula Infantil	→ Fruta → Fórmula Infantil	→ Fruta → Fórmula Infantil	→ Fruta → Fórmula Infantil	
	ALMOÇO 10:10h	- Papa de arroz e feijão - Carne bovina desfiada - Purê de cenoura - Fruta	- Macarrão com carne moída - Legumes cozidos - Fruta	- Papa de arroz e feijão - Carne suína picadinha - Purê de batata doce - Fruta	- Papa de arroz com frango desfiado e legumes - Fruta	- Papa de batata, feijão, carne bovina desfiada e cenoura - Fruta	
	LANCHE DA TARDE 12:15h 13:40h	→ Fórmula Infantil → Fruta	→ Fórmula Infantil → Fruta	→ Fórmula Infantil → Pêra cozida com canela	→ Fórmula Infantil → Fruta	→ Fórmula Infantil → Fruta	
	JANTAR 15:40h	- Canjiquinha cremosa - Carne moída ao molho - Legume cozido	- Papa de arroz e feijão - Ovo picadinho - Legumes amassados	- Polenta cremosa - Carne de frango desfiada ao molho - Beterraba picadinha	- Papa de arroz e feijão - Carne bovina picadinha - Legumes refogados (amassados)	- Papa de arroz e lentilha - Carne suína desfiada - Purê de abóbora	
Composição nutricional (média semanal)		505 kcal / CHO: 66,4 g / PTN: 18 g / LP: 14,2 g		Vit A: 252 mcg	Vit C: 51 mg	Cálcio: 347 mg	Fe: 8 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 I (INTEGRAL)

		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 08:30h	→ Fruta → Fórmula Infantil	→ Fruta → Fórmula Infantil	→ Fruta → Fórmula Infantil	→ Fruta → Fórmula Infantil	→ Fruta → Fórmula Infantil	
	ALMOÇO 10:10h	- Papa de arroz e feijão com carne suína desfiada e repolho picadinho refogado - Fruta	- Papa de arroz, carne bovina desfiada e legumes amassados - Fruta	- Papa de arroz e feijão - Ovo picadinho - Purê de abóbora - Fruta	- Papa de arroz e feijão - Carne de frango desfiada ensopada - Brócolis picadinho - Fruta	- Papa de mandioca, carne bovina desfiada e legumes amassados - Fruta	
	LANCHE DA TARDE 12:15h 13:40h	→ Fórmula Infantil → Fruta	→ Fórmula Infantil → Maçã cozida	→ Fórmula Infantil → Fruta	→ Fórmula Infantil → Fruta	→ Fórmula Infantil → Fruta	
	JANTAR 15:40h	- Papa de batata, carne moída e brócolis	- Papa de arroz e feijão - Carne de frango picadinha - Legume cozido	- Canjiquinha cremosa - Carne suína desfiada - Couve picadinha refogada	- Macarrão colorido com carne moída ao molho - Legume sauté	- Papa de batata, feijão, carne de frango (peito) desfiada com legumes	
Composição nutricional (média semanal)		474 kcal / CHO: 67,2 g / PTN: 19 g / LP: 12 g		Vit A: 261 mcg	Vit C: 56 mg	Cálcio: 349 mg	Fe: 6,3 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 1 (INTEGRAL)

		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 08:30h				→ Fruta → Fórmula Infantil	→ Fruta → Fórmula Infantil
	ALMOÇO 10:10h	RECESSO	FERIADO	RECESSO	- Macarrão com frango picadinho ao molho - Legumes amassados - Fruta	- Papa de arroz e feijão - Carne moída com abobrinha amassada - Fruta
	LANCHE DA TARDE 12:15h 13:40h				→ Fórmula Infantil → Fruta	→ Fórmula Infantil → Fruta
	JANTAR 15:40h				- Papa de arroz e feijão - Carne bovina desfiada com legumes amassados	- Polenta cremosa - Carne suína desfiada ao molho - Legume cozido
Composição nutricional (média semanal)		492 kcal / CHO: 66 g / PTN: 18 g / LP: 15 g		Vit A: 256 mcg	Vit C: 54 mg	Cálcio: 351 mg Fe: 7,2 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 I (INTEGRAL)

		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 08:30h	→ Fruta → Fórmula Infantil	→ Fruta → Fórmula Infantil			
	ALMOÇO 10:10h	- Papa de arroz e lentilha - Ovo picadinho - Legume cozido - Fruta	- Papa de arroz e feijão - Carne suína desfiada - Couve picadinha - Fruta			
	LANCHE DA TARDE 12:15h 13:40h	→ Fórmula Infantil → Fruta	→ Fórmula Infantil → Fruta			
	JANTAR 15:40h	- Papa de arroz e feijão - Carne bovina picadinha - Legumes refogados	- Canjiquinha cremosa - Carne de frango desfiada ao molho - Brócolis picadinho			
Composição nutricional (média semanal)		487 kcal / CHO: 69 g / PTN: 18,7 g / LP: 13,8 g		Vit A: 279 mcg	Vit C: 53 mg	Cálcio: 349 mg Fe: 7,6 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 ou leite materno.
- 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 sempre acompanhada pelo profissional responsável no momento das refeições.
- Os sinais de fome e saciedade da criança devem ser observados atentamente.
- Não acrescentar sal nas papas. Fazer uso de temperos naturais.
- A consistência e quantidade das preparações devem ser respeitadas 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)

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