

**CARDÁPIO SEMANAL 4**

**BERÇÁRIO**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Refeições | **2ª FEIRA** | **3ª FEIRA** | **4ª FEIRA** | **5ª FEIRA** | **6ª FEIRA** | **SÁBADO** | **DOMINGO** |
| **Café da Manhã** | Leite Materno  Ou Fórmula | Leite Materno  Ou Fórmula | Leite Materno  Ou Fórmula | Leite Materno  Ou Fórmula | Leite Materno  Ou Fórmula | Leite Materno  Ou Fórmula | Leite Materno  Ou Fórmula |
| **Lanche** | Fruta | Fruta | Fruta | Fruta | Fruta | Fruta | Fruta |
| **Almoço** | Ovos Cozidos  Inhame, Cenoura e Vagem Cozidos  Quinoa com Espinafre  Feijão | Frango Desfiado  Com Baroa, Abobrinha e Couve  Arroz  Creme de Ervilha | Músculo Ensopado com Batata, Vagem e Brócolis  Purê de Abóbora  Arroz  Feijão | Carne Moída com Inhame, Beterraba e Couve  Bifum com Abobrinha  Creme de Grão de Bico | Frango Desfiado  Com Baroa, Couve-flor, Agrião e Chuchu  Polenta  Feijão | Peixe Cozido  Com Chuchu  Abóbora e Brócolis no Vapor  Creme de Aipim  Feijão | Músculo Desfiado  Com Batata, Cenoura, Quiabo e  Espinafre  Arroz  Feijão |
| **Lanche**  **da**  **Tarde** | Banana e Ameixa | Pera  Banana da Terra Cozida | Mamão  Com Quinoa em Flocos | Laranja e Banana com Aveia | Manga e Maçã | Abacate e Banana | Pera e Caqui |
| **Jantar** | Sopa de Músculo com Legumes e Lentilha | Igual Almoço | Igual Almoço | Igual Almoço | Igual Almoço | Sopa de Arroz com Frango e Legumes  Ovo Cozido | Igual Almoço |
| **Ceia** | Leite Materno  Ou Fórmula | Leite Materno  Ou Fórmula | Leite Materno  Ou Fórmula | Leite Materno  Ou Fórmula | Leite Materno  Ou Fórmula | Leite Materno  Ou Fórmula | Leite Materno  Ou Fórmula |

Obs: refeições sem sal. Consistência de acordo com a aceitação da criança.