

**CARDÁPIO SEMANAL 20**

**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  Batata, Abóbora e Vagem Refogados  Arroz com Espinafre  Feijão | Frango Cozido Desfiado  Batata Doce, Chuchu e Cenoura no Vapor  Agrião Refogado  Bifum, Feijão | Músculo Ensopado com Inhame  Couve-flor e Beterraba Refogados  Arroz  Creme de Grão de Bico | Carne Moída com Aipim  Brócolis, Chuchu e Abóbora no Vapor  Polenta  Feijão | Frango Cozido Desfiado  Com Baroa, Abobrinha e Berinjela  Couve Refogada  Quinoa  Feijão | Peixe Cozido  Com Batatas  Cabelo de Anjo  Com Cenoura, Abobrinha e Brócolis  Feijão | Músculo Ensopado com Inhame, Abobrinha e Quiabo  Arroz  Lentilha |
| **Lanche**  **da**  **Tarde** | Laranja e Banana com Flocos de Quinoa | Creme de Manga com Inhame e Aveia | Mamão  e Goiaba | Melão e Banana com Aveia | Abacate e Banana | Pera e Banana da Terra Cozida | Manga e  Panqueca de Banana |
| **Jantar** | Sopa de Músculo com Legumes e Ervilha | Igual Almoço | Igual Almoço | Igual Almoço | Igual Almoço | Bifum com Legumes e 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.