

**CARDÁPIO SEMANAL 20**

**BERÇÁRIO**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Refeições | **2ª FEIRA** | **3ª FEIRA** | **4ª FEIRA** | **5ª FEIRA** | **6ª FEIRA** | **SÁBADO** | **DOMINGO** |
| **Café da Manhã** | Leite MaternoOu Fórmula | Leite MaternoOu Fórmula | Leite MaternoOu Fórmula | Leite MaternoOu Fórmula | Leite MaternoOu Fórmula | Leite MaternoOu Fórmula | Leite MaternoOu Fórmula |
| **Lanche**  | Fruta | Fruta | Fruta | Fruta | Fruta | Fruta | Fruta |
| **Almoço** | Ovos CozidosBatata, Abóbora e Vagem RefogadosArroz com EspinafreFeijão | Frango Cozido DesfiadoBatata Doce, Chuchu e Cenoura no VaporAgrião RefogadoBifum, Feijão | Músculo Ensopado com InhameCouve-flor e Beterraba RefogadosArrozCreme de Grão de Bico | Carne Moída com AipimBrócolis, Chuchu e Abóbora no VaporPolentaFeijão | Frango Cozido DesfiadoCom Baroa, Abobrinha e BerinjelaCouve RefogadaQuinoaFeijão | Peixe CozidoCom Batatas Cabelo de AnjoCom Cenoura, Abobrinha e BrócolisFeijão | Músculo Ensopado com Inhame, Abobrinha e QuiaboArrozLentilha |
| **Lanche****da** **Tarde** | Laranja e Banana com Flocos de Quinoa | Creme de Manga com Inhame e Aveia | Mamãoe Goiaba | Melão e Banana com Aveia  | Abacate e Banana | Pera e Banana da Terra Cozida | Manga ePanqueca 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 MaternoOu Fórmula | Leite MaternoOu Fórmula | Leite MaternoOu Fórmula | Leite MaternoOu Fórmula | Leite MaternoOu Fórmula | Leite MaternoOu Fórmula | Leite MaternoOu Fórmula |

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