

**CARDÁPIO SEMANAL 21**

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