



Berçário – Setembro 2021

		SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
01 a 03	Colação			Mamão	Melão	Banana
	Almoço/Jantar			carne assada desfiadinha com agrião e batata, beterraba	ensopadinho de frango, jardineira de legumes	almôndegas (com cenoura, abobrinha e aveia) com molho de tomate natural
	Sobremesa			pera	manga	melão
	Lanche			Maçã e melancia	Banana e laranja	Mamão e manga
06 a 10	Colação	Manga	FERIADO	Banana	Maçã	Pera
	Almoço/Jantar	ovos cozidos, refogadinho de abóbora, beterraba e cenoura		frango desfiado enriquecido com abobrinha ralada e chuchu, batata-doce	arroz com repolho, carne assada desfiadinha, beterraba	frango com creme de abóbora e inhame, batata
	Sobremesa	banana		melancia	manga	mamão
	Lanche	Pera e melancia		Manga e laranja	Mamão e banana	Maçã e manga
13 a 17	Colação	Pera	Banana	Melancia	Manga	Maçã
	Almoço/Jantar	ovos mexidos com abobrinha, purê de batata	massinha com molho de tomate natural, frango desfiado enriquecido com legumes	carne assada desfiadinha com agrião e aipim, cenoura beterraba	arroz com repolho, frango com creme de inhame e abóbora	almôndegas (enriquecidas com cenoura, abobrinha e aveia) ao sugo
	Sobremesa	Melancia	Maçã	Pera	Banana	Manga
	Lanche	Banana e melão	Manga e melancia	Mamão e	Maçã e	Pera e
20 a 24	Colação	Melão	Maçã	Pera	Manga	Banana
	Almoço/Jantar	ovos cozidos, refogadinho de inhame, abobrinha e cenoura	massinha à bolonhesa com jardineira de legumes	ensopadinho de frango com batata, cenoura e abobrinha	carne desfiada com berinjela e batata-doce, couve picadinha e beterraba	ensopadinho de frango com legumes e espinafre, purê de inhame
	Sobremesa	pera	mamão	melancia	banana	maçã
	Lanche	Maçã e melancia	Pera e manga	Banana e mamão	Melão e laranja	Manga e pera
27 a 30	Colação	Melancia	Banana	Mamão	Pera	
	Almoço/Jantar	ovos mexidos com cenoura ralada, batata e chuchu	massinha ao sugo, frango desfiado com legumes	carne moída enriquecida com chuchu e abobrinha, purê de batata, beterraba	frango com creme de abóbora e inhame, batata	
	Sobremesa	banana	pera	melancia	manga	
	Lanche	Pera e mamão	Manga e melancia	Maçã e melão	Banana e mamão	

>> **TODOS OS DIAS SERÃO SERVIDOS ARROZ E FEIJÃO JUNTO ÀS DEMAIS PREPARAÇÕES.**

>> Eventualmente, algum item do cardápio poderá ser substituído por outro de idêntico valor nutritivo.

>> As crianças com restrições alimentares deverão trazer o parecer do pediatra responsável para acompanhamento da nutricionista.

NUTRICIONISTA ORKANDA MARQUES * CRN4 02100595