

Cardápio Berçário – Outubro de 2021

Semana 1					
Data					01
Dia da semana	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Fruta					Fruta
Almoço					Feijão carioca Gema de ovo Abóbora Chuchu Alface romana Fruta
Lanche da tarde					Leite Materno ou Fórmula Láctea Fruta
Jantar					Feijão carioca Carne Batata Inhame Agrião
O cardápio pode sofrer alterações devido à disponibilidade e qualidade dos alimentos. Nas preparações são utilizados apenas temperos naturais como cebola, azeite, salsa e outras ervas aromáticas.					

Semana 2					
Data	04	05	06	07	08
Dia da semana	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Almoço	Feijão carioca Frango Chuchu Beterraba Repolho Fruta	Vagem Carne Cenoura Batata doce Agrião Fruta	Feijão preto Gema de ovo Abóbora Beterraba Alface americana Fruta	Milho verde cozido e coado Carne Batata doce Cará Fruta	Feijão carioca Frango Batata bolinha Berinjela Mix de folhas Fruta
Lanche da tarde	Leite Materno ou Fórmula Láctea ou Fruta	Leite Materno ou Fórmula Láctea Fruta	Leite Materno ou Fórmula Láctea Fruta	Leite Materno ou Fórmula Láctea Fruta	Leite Materno ou Fórmula Láctea ou Fruta
Jantar	Feijão carioca Gema de ovo Mandioquinha Cará Rúcula	Feijão carioca Frango Batata Mandioca Almeirão	Feijão carioca Carne Berinjela Abobrinha Alface lisa	Vagem Frango Batata Inhame Acelga	Lentilha Carne Beterraba Cenoura Pepino
O cardápio pode sofrer alterações devido à disponibilidade e qualidade dos alimentos. Nas preparações são utilizados apenas temperos naturais como cebola, azeite, salsa e outras ervas aromáticas. Cardápio elaborado pela Nutrição Global em parceria com a Escola Pat Way.					

Cardápio Berçário – Outubro de 2021

Semana 3						
Data	11	12	13	14	15	
Dia da semana	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira	
Fruta	Fruta	FERIADO	Fruta	Fruta	Fruta	
Almoço	Feijão carioca Frango Cenoura Abobrinha Acelga Fruta			Vagem Frango Abóbora Chuchu Espinafre Fruta	Feijão carioca Gema de ovo Abóbora Abobrinha Alface crespa roxa Fruta	Feijão carioca Frango Mandioca Abobrinha Salsa Fruta
Lanche da tarde	Leite Materno ou Fórmula Láctea ou Fruta			Leite Materno ou Fórmula Láctea ou Fruta	Leite Materno ou Fórmula Láctea ou Fruta	Leite Materno ou Fórmula Láctea ou Fruta
Jantar	Vagem Carne Mandioquinha Chuchu Escarola			Milho verde cozido e coado Carne Batata doce Inhame Repolho roxo	Feijão carioca Frango Cenoura Cará Agrião	Feijão carioca Gema de ovo Inhame Batata Alface mimososa

O cardápio pode sofrer alterações devido à disponibilidade e qualidade dos alimentos. Nas preparações são utilizados apenas temperos naturais como cebola, azeite, salsa e outras ervas aromáticas. Cardápio elaborado pela Nutrição Global em parceria com a Escola Pat Way.

Semana 4					
Data	18	19	20	21	22
Dia da semana	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Almoço	Feijão carioca Carne Abóbora Berinjela Couve manteiga Fruta	Milho verde cozido e coado Frango Chuchu Batata Alface crespa Fruta	Feijão fradinho Carne Cenoura Inhame Rúcula Fruta	Feijão carioca Gema de ovo Cenoura Cará Salsinha Fruta	Feijão carioca Carne Mandioca Berinjela Alface americana Fruta
Lanche da tarde	Leite Materno ou Fórmula Láctea ou Fruta	Leite Materno ou Fórmula Láctea ou Fruta	Leite Materno ou Fórmula Láctea ou Fruta	Leite Materno ou Fórmula Láctea ou Fruta	Leite Materno ou Fórmula Láctea ou Fruta
Jantar	Feijão carioca Gema de ovo Abobrinha Cenoura Repolho roxo	Feijão carioca Carne Mandioquinha Cará Salsa	Vagem Frango Batata Abobrinha Alface mimososa	Feijão carioca Carne Mandioquinha Chuchu Salsa	Vagem Frango Cenoura Beterraba Agrião

O cardápio pode sofrer alterações devido à disponibilidade e qualidade dos alimentos. Nas preparações são utilizados apenas temperos naturais como cebola, azeite, salsa e outras ervas aromáticas. Cardápio elaborado pela Nutrição Global em parceria com a Escola Pat Way.

Cardápio Berçário – Outubro de 2021

Semana 5					
Data	25	26	27	28	29
Dia da semana	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Almoço	Feijão carioca Frango Cenoura Inhame Salsa Fruta	Vagem Carne Cará Beterraba Brócolis Fruta	Feijão branco Frango Cenoura Abobrinha Couve manteiga Fruta	Feijão carioca Carne Batata Cará Alface americana Fruta	Feijão carioca Gema de ovo Chuchu Inhame Salsa Fruta
Lanche da tarde	Leite Materno ou Fórmula Láctea ou Fruta	Leite Materno ou Fórmula Láctea ou Fruta	Leite Materno ou Fórmula Láctea ou Fruta	Leite Materno ou Fórmula Láctea ou Fruta	Leite Materno ou Fórmula Láctea ou Fruta
Jantar	Feijão carioca Carne Batata doce Chuchu Alface lisa	Feijão carioca Gema de ovo Mandioca Abóbora Escarola	Feijão carioca Carne Cará Batata Espinafre	Ervilha torta Frango Beterraba Inhame Salsa	Feijão carioca Carne Couve-flor Mandioca Batata
O cardápio pode sofrer alterações devido à disponibilidade e qualidade dos alimentos. Nas preparações são utilizados apenas temperos naturais como cebola, azeite, salsa e outras ervas aromáticas. Cardápio elaborado pela Nutrição Global em parceria com a Escola Pat Way.					