

CARDÁPIO MENSAL DEZEMBRO/ 2020 – BERCÁRIO



	Segundas	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Dia	30/11/20	01/12/20	02/12/20	03/12/20	04/12/20
Lanche	Papa de frutas	Papa de frutas	Papa de frutas	Papa de frutas	Papa de frutas
Almoço	Caldo Feijão Papa Arroz + couve refogada Frango desfiado Alface +cenoura	Caldo de feijão Papa de arroz +Massinha Guisadinho Couve flor + beterraba	Caldo de feijão Papa de Arroz + Purê de Batata Filé de Peixe assado Cenoura ralada + chuchu	Caldo de feijão Papa de arroz +polenta Carne picadinha c/legumes Alface + brócolis	Caldo de lentilha Papa carreteiro c/ legumes+ Batata refogada +cenoura e repolho
Lanche	Papa de frutas	Papa de frutas	Papa de frutas	Papa de frutas	Papa de frutas
Jantar	Papa de polenta c/ molho de moída Tomate salada	Canja	Sopa de feijão	Papa de galinhada + couve flor	Sopa legumes
Dia	07/12/20	08/12/20	09/12/20	10/12/20	11/12/20
Lanche	Papa de frutas	Papa de frutas	Papa de frutas	Papa de frutas	Papa de frutas
Almoço	Caldo de feijão Papa de Arroz + massa Picadinho de carne Alface + cenoura	Caldo de feijão Papa de arroz + batata doce Molho de moída beterraba+ couve flor	Caldo de feijão Papa de Arroz + purê de batata c/cenoura Repolho + tomate	Caldo de feijão Papa de arroz + legumes refogados molho de frango Brócolis + cenoura	Caldo de lentilha Papa de galinhada + massa Pepino +chuchu
Lanche	Papa de frutas	Papa de frutas	Papa de frutas	Papa de frutas	Papa de frutas
Jantar	Lentilhada	Sopa de letrinhas	Papa Lasanha de polenta recheada com frango + cenoura cozida	Papa de carreteiro c/ legumes + repolho c/tomate	Sopa de carne
Dia	14/12/20	15/12/20	16/12/20	17/12/20	18/12/20
Lanche	Papa de frutas	Papa de frutas	Papa de frutas	Papa de frutas	Papa de frutas
Almoço	Caldo de feijão Papa de Arroz + legumes refogados Molho de frango c/ ervilhas alface + beterraba	Caldo de feijão Papa de Arroz + massa Molho de carne moída Tomate + couve chinesa	Caldo de feijão Papa de arroz + Purê de aipim File de peixe Repolho +tomate	Caldo de feijão Papa de Arroz + batatinha refogada Carne picadinha Chuchu + cenoura	Caldo de lentilha Papa de Arroz + massa Guisadinho Brócolis + tomate
Lanche	Papa de frutas	Papa de frutas	Papa de frutas	Papa de frutas	Papa de frutas
Jantar	Sopa de feijão	Sopa caldo verde	Papa de galinhada + brócolis	Papa de polenta c/ frango desfiado + beterraba	Sopa de letrinhas
Dia	21/12/20	22/12/20	23/12/20	24/12/20	25/12/20
Lanche	Papa de frutas	Papa de frutas	Papa de frutas	Papa de frutas	
Almoço	Caldo de feijão Papa de Arroz + moranga refogada Molho de moída Alface + beterraba	Caldo de feijão Papa de arroz + Massa Cubinho suíno Couve flor + chuchu	Caldo de feijão Papa de Arroz + purê de batata Repolho + tomate	Caldo de feijão Papa de arroz + massa c legumes molho de carne picadinho Brócolis + chuchu	Feliz Natal!
Lanche	Papa de frutas	Papa de frutas	Papa de frutas	Papa de frutas	
Jantar	Papa de massa +molho de frango c legumes + alface	Sopa de galinha	Papa de carreteiro + beterraba cozida	Papa de polenta recheada com frango + repolho	
Dia	28/12/20	29/12/20	30/12/20	31/12/20	01/01/21
	Férias				

O cardápio poderá, eventualmente, sofrer modificações. As preparações para os bebês são adequadas conforme a idade, capacidade de mastigação, porcionadas e são esmagadas em forma de purê, desfiadas ou sopa.

Frutas são oferecidas diariamente.

Fabiana L. Kolling
Nutricionista CRN² 9890