








# CARDÁPIO 2021

PRÉ 2 à INTRODUÇÃO

	SEMANA A	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
CAFÉ DA MANHÃ	 <b>COMIDA</b>	- pão integral com requeijão - frutas	- bolo de frutas - frutas	- purê de banana	- purê de inhame - frutas	- pão fatiado com requeijão - frutas
	 <b>BEBIDA</b>	- chá	- chá	- chá	- chá	- chá
ALMOÇO	 <b>COMIDA</b>	- arroz / feijão - ovos - jardineira de legumes - 2 saladas - frutas	- arroz / feijão - risoto de frango - legumes refogados - 2 saladas - frutas	- arroz / feijão - macarrão à bolonhesa - abobrinha gratinada - 2 saladas - frutas	- arroz / feijão - frango com cenoura - farofa - 2 saladas - frutas	- arroz / feijão - carne com molho - polenta - 2 saladas - frutas
	 <b>BEBIDA</b>	- suco natural	- suco natural	- suco natural	- suco natural	- suco natural
LANCHE	 <b>COMIDA</b>	- pão de queijo - frutas	- pão fatiado com requeijão - frutas	- bolo de fubá - frutas	- broa de milho com patê de frango - frutas	- bolo de cenoura - frutas
	 <b>BEBIDA</b>	- suco natural	- suco natural	- suco natural	- suco natural	- suco natural
JANTAR	 <b>COMIDA</b>	- sopa de polenta com frango	- canja	- sopa de macarrão com carne	- sopa de feijão com frango	- sopa de legumes com carne

## \*OBSERVAÇÕES IMPORTANTES:








O cardápio pode sofrer alterações devido à disponibilidade das verduras e legumes, e conforme a faixa etária da criança, os refrescos do almoço e jantar serão servidos depois das refeições.

\* Caso haja qualquer restrição quanto aos ingredientes oferecidos, é de responsabilidade da família trazer o alimento substituto. Ex.: se intolerância à lactose, a família deverá trazer o leite especial.

\* A alimentação complementar é oferecida gradativamente e de acordo com a orientação dos pais e pediatras.

# CARDÁPIO 2021

PRÉ 2 à INTRODUÇÃO

	SEMANA B	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
CAFÉ DA MANHÃ	 <b>COMIDA</b>	- pão de cenoura com requeijão - frutas	- bolo de laranja - frutas	- purê de banana	- bolo de fubá - frutas	- pão de beterraba com requeijão - frutas
	 <b>BEBIDA</b>	- chá	- chá	- chá	- chá	- chá
ALMOÇO	 <b>COMIDA</b>	- arroz / feijão - carne moída com legumes - macarrão alho e óleo - 2 saladas - frutas	- arroz / feijão - frango com legumes - legumes refogados - 2 saladas - frutas	- arroz / feijão - peixe ensopado com batatas - legumes refogados - 2 saladas - frutas	- arroz / feijão - quibe assado - batata assada - 2 saladas - frutas	- arroz / feijão - frango grelhado - jardineira de legumes - 2 saladas - frutas
	 <b>BEBIDA</b>	- suco natural	- suco natural	- suco natural	- suco natural	- suco natural
LANCHE	 <b>COMIDA</b>	- chineque de banana - frutas	- pão de frios (caseiro) - frutas	- bolo de frutas - frutas	- purê de banana	- bolo de cenoura - frutas
	 <b>BEBIDA</b>	- suco natural	- suco natural	- suco natural	- suco natural	- suco natural
JANTAR	 <b>COMIDA</b>	- sopa de macarrão com carne e legumes	- canja	- sopa de feijão com carne	- sopa de macarrão com carne e legumes	- canja

## \*OBSERVAÇÕES IMPORTANTES:

O cardápio pode sofrer alterações devido à disponibilidade das verduras e legumes, e conforme a faixa etária da criança, os refrescos do almoço e jantar serão servidos depois das refeições.

\* Caso haja qualquer restrição quanto aos ingredientes oferecidos, é de responsabilidade da família trazer o alimento substituto. Ex.: se intolerância à lactose, a família deverá trazer o leite especial.

\* A alimentação complementar é oferecida gradativamente e de acordo com a orientação dos pais e pediatras.