

1ª, 2ª e 3ª Fase

Refeição	Desjejum	Almoço	Lanche da Tarde	Jantar	Ceia
Segunda-feira 03/08	Chá e pão francês com manteiga	Arroz, feijão carioca, omelete com abóbora e salada de acelga refogada	Leite e biscoito de polvilho	Caldo de feijão branco com batata, cenoura e frango desfiado	Vitamina de abacate com banana
		Melancia			
Terça-feira 04/08	Mingau de aveia	Arroz, feijão carioca, frango com chuchu e salada de alface	Chá e bolo de laranja	Caldo verde (batata e couve) com frango desfiado	Panqueca de banana
		Banana			
Quarta-feira 05/08	Chá e pão francês com requeijão	Arroz, feijoadinha (feijão preto e file mignon suíno), couve refogada e salada de tomate	Leite e biscoito integral	Sopa de feijão com macarrão, chuchu, cenoura e carne desfiado	Bolinho de arroz com salsa assado
		Laranja			
Quinta-feira 06/08	Mingau de chocolate 70%	Arroz, feijão carioca, frango desfiado com salsa e purê de mandioca	Chá e torta de espinafre	Canja (batata, cenoura e frango)	Leite com cacau e pão de banha com manteiga
		Maçã			
Sexta-feira 07/08	Chá e pão francês com manteiga	Macarrão a bolonhesa (carne moída), feijão carioca e salada de alface	Leite e pão de banha com ovos mexidos	Polenta com carne moída ao molho	Chá e biscoito de arroz
		Melão			

Refeição	Desjejum	Almoço	Lanche da Tarde	Jantar	Ceia
Segunda-feira 10/08	Chá e pão francês com manteiga	Arroz, feijão carioca, ovo mexido com cenoura e salada de repolho refogado	Leite e biscoito de polvilho	Macarrão com frango desfiado ao molho	Danone de mamão e inhame
		Maçã sem casca			
Terça-feira 11/08	Mingau de amido	Arroz, feijão carioca, escondidinho de frango e salada de alface	Chá e bolo de chocolate 70%	Caldo de mandioca com frango desfiado	Chá e pão de banha com manteiga
		Melancia			
Quarta-feira 12/08	Chá e pão francês com requeijão	Arroz, feijão preto, carne em cubos e salada de tomate	Vitamina de maçã, banana e mamão	Sopa de batata e cenoura com carne desfiada	Chá e biscoito integral
		Laranja			
Quinta-feira 13/08	Leite e pão de banha com requeijão	Arroz, feijão carioca, frango desfiado com abobrinha e salada de pepino com beterraba	Chá e torta de talos	Caldo de batata-doce com frango e cheiro verde	Leite e pão de banha com manteiga
		Melão			
Sexta-feira 14/08	Chá e pão francês com manteiga	Macarrão com brócolis, feijão carioca e carne moída	Leite e pão de banha com ovos mexidos	Sopa de feijão com batata e carne	Salada de frutas (banana, maçã e laranja)
		Banana			

Orientações:

Não liquidificar ou peneiras as papinhas, apenas amassar bem.

Os legumes devem ser bem cozidos.

As carnes devem ser desfiadas e picadas e não adicionar açúcar nas preparações.

1ª, 2ª e 3ª Fase

Refeição	Desjejum	Almoço	Lanche da Tarde	Jantar	Ceia
Segunda-feira 17/08	Chá e pão francês com manteiga	Arroz, feijão carioca, omelete com tomate e cenoura e salada de repolho refogado	Leite e biscoito de polvilho	Polenta com frango ao molho	Mamão polvilhado com aveia
		Banana			
Terça-feira 18/08	Mingau de banana	Arroz, feijão carioca, frango com abobrinha e salada de pepino e beterraba	Chá e bolo de fubá	Sopa de abóbora com frango desfiado	Panqueca de chocolate 70%
		Melancia			
Quarta-feira 19/08	Chá e pão francês com requeijão	Arroz, feijoadinha (feijão preto e file mignon suíno), couve refogada e salada de tomate	Leite e biscoito integral	Caldo de feijão branco com espinafre e carne desfiada	Vitamina de abacate com banana
		Laranja			
Quinta-feira 20/08	Vitamina de banana e pão francês com manteiga	Arroz, feijão carioca, frango desfiado com salsa e purê de mandioca	Chá e torta de abobrinha e tomate	Canja com frango desfiado	Chá e pão de banha com manteiga
		Melão			
Sexta-feira 21/08	Chá e pão francês com manteiga	Macarrão a bolonhesa (carne moída), feijão carioca e salada de alface	Leite e pão de banha com ovos mexidos	Sopa de macarrão com cenoura, tomate e carne moída	Chá e biscoito integral
		Maçã sem casca			

Refeição	Desjejum	Almoço	Lanche da Tarde	Jantar	Ceia
Segunda-feira 24/08	Chá e pão francês com manteiga	Arroz, feijão carioca, ovo mexido com escarola e salada de acelga refogada	Leite e biscoito de polvilho	Macarrão com frango desfiado ao molho	Panqueca de banana
		Melancia			
Terça-feira 25/08	Mingau de chocolate 70%	Arroz, feijão carioca, escondidinho de mandioca com frango e salada de tomate	Chá e bolo de cenoura	Fubá com couve e frango	Bolinho de arroz assado
		Maçã sem casca			
Quarta-feira 26/08	Chá e pão francês com requeijão	Arroz, feijão preto, carne em cubos com tomate e salada de couve picadinho	Vitamina de maçã e mamão	Sopa de feijão com chuchu, cenoura e carne	Banana polvilhado com aveia
		Laranja			
Quinta-feira 27/08	Mingau de aveia	Arroz, feijão carioca, frango desfiado com batata-doce e salada de tomate e cenoura refogada	Chá e torta de brócolis	Sopa de batata com espinafre e frango desfiado	Chá e pão de banha com manteiga
		Melão			
Sexta-feira 28/08	Chá e pão francês com manteiga	Macarrão com brócolis, feijão carioca, carne moída e salada de alface	Leite e pão de banha com ovos mexidos	Caldo verde (batata e couve) e carne moída	Salada de frutas (banana, maçã e laranja)
		Banana			

Segunda-feira 31/08	Chá e pão francês com manteiga	Arroz, feijão carioca, omelete com tomate e cenoura e salada de repolho	Leite e biscoito de polvilho	Polenta com frango desfiada ao molho	Vitamina de abacate com banana
		Laranja			

Orientações

Não liquidificar ou peneiras as papinhas, apenas amassar bem.

Os legumes devem ser bem cozidos

As carnes devem ser desfiadas e picadas e não adicionar açúcar nas preparações



Berçário

Refeição	Desjejum	Almoço	Lanche da Tarde	Jantar	Ceia
Segunda-feira 03/08	Fórmula infantil ou Leite Materno	Arroz, feijão carioca, omelete com abóbora e salada de acelga refogada	Fórmula infantil ou Leite Materno	Caldo de feijão branco com batata, cenoura e frango desfiado	Fórmula infantil ou Leite Materno
		Papa de melancia			
Terça-feira 04/08		Arroz, feijão carioca, frango com chuchu e salada de alface		Caldo verde (batata e couve) com frango	
		Banana amassadinha			
Quarta-feira 05/08		Arroz, feijoadinha (feijão preto e file mignon suíno), couve refogada e salada de tomate		Sopa de feijão com macarrão, chuchu, cenoura e carne desfiada	
		Papa de banana			
Quinta-feira 06/08		Arroz, feijão carioca, frango desfiado com salsa e purê de mandioca		Canja (batata, cenoura e frango)	
		Maçã raspadinha			
Sexta-feira 07/08		Macarrão a bolonhesa (carne moída), feijão carioca e salada de alface		Sopa de feijão com cenoura e carne	
		Papa de melão			

Refeição	Desjejum	Almoço	Lanche da Tarde	Jantar	Ceia
Segunda-feira 10/08	Fórmula infantil ou Leite Materno	Arroz, feijão carioca, ovo mexido com cenoura e salada de repolho refogado	Fórmula infantil ou Leite Materno	Macarrão com frango desfiado ao molho	Fórmula infantil ou Leite Materno
		Maçã raspadinha			
Terça-feira 11/08		Arroz, feijão carioca, escondidinho de frango e salada de alface		Caldo de mandioca com frango desfiado	
		Papa de melão			
Quarta-feira 12/08		Arroz, feijão preto, carne em cubos e salada de tomate		Sopa de batata e cenoura com carne	
		Papa de melancia			
Quinta-feira 13/08		Arroz, feijão carioca, frango desfiado com abobrinha e salada de pepino com beterraba		Caldo de batata-doce com frango e cheiro verde	
		Papa de laranja			
Sexta-feira 14/08		Macarrão com brócolis, feijão carioca e carne moída		Sopa de feijão com batata e carne moída cozida	
		Papa de banana			

Orientações:

Não liquidificar ou peneiras as papinhas, apenas amassar bem.

Os legumes devem ser bem cozidos

As carnes devem ser desfiadas e picadas e não adicionar açúcar em nas frutas


Ana Carolina Marques
Nutricionista
CRN: 52117



Berçário

Refeição	Desjejum	Almoço	Lanche da Tarde	Jantar	Ceia
Segunda-feira 17/08	Fórmula infantil ou Leite Materno	Arroz, feijão carioca, omelete com tomate e cenoura e salada de repolho refogado	Fórmula infantil ou Leite Materno	Polenta com frango desfiado ao molho	Fórmula infantil ou Leite Materno
		Papa de melancia			
Terça-feira 18/08		Arroz, feijão carioca, frango com abobrinha e salada de pepino e beterraba		Sopa de abóbora com frango desfiado	
		Papa de banana			
Quarta-feira 19/08		Arroz, feijoadinha (feijão preto e file mignon suíno), couve refogado e salada de tomate		Caldo de feijão branco com espinafre e carne desfiada	
		Papa de melão			
Quinta-feira 20/08		Arroz, feijão carioca, frango desfiado com salsa e purê de mandioca		Canja com frango desfiado desfiada	
		Papa de laranja			
Sexta-feira 21/08		Macarrão a bolonhesa (carne moída), feijão carioca e salada de alface		Sopa de macarrão com cenoura, tomate e carne moída	
		Maçã raspadinha			

Refeição	Desjejum	Almoço	Lanche da Tarde	Jantar	Ceia
Segunda-feira 24/08	Fórmula infantil ou Leite Materno	Arroz, feijão carioca, ovo mexido com cará e escarola e salada de acelga refogada	Fórmula infantil ou Leite Materno	Macarrão com frango desfiado ao molho	Fórmula infantil ou Leite Materno
		Papa de melancia			
Terça-feira 25/08		Arroz, feijão carioca, escondidinho de mandioca com frango e salada de tomate		Fubá com couve e frango desfiado	
		Maçã raspadinha			
Quarta-feira 26/08		Arroz, feijão preto, carne em cubos com tomate e salada de couve picadinho		Sopa de feijão com chuchu, cenoura e carne desfiada	
		Papa de laranja			
Quinta-feira 27/08		Arroz, feijão carioca, frango desfiado com batata-doce e salada de tomate e cenoura refogada		Sopa de batata com espinafre e frango desfiado	
		Papa de melão			
Sexta-feira 28/08		Macarrão, com brócolis feijão carioca, carne moída e salada de alface		Caldo verde (batata e couve) e carne moída	
		Banana amassadinha			
Segunda-feira 31/08		Arroz, feijão carioca, omelete com espinafre e cenoura e salada de repolho refogado		Polenta com frango desfiada ao molho	

		Laranja picadinha		
--	--	-------------------	--	--

Orientações:

Não liquidificar ou peneiras as papinhas, apenas amassar bem.

Os legumes devem ser bem cozidos

As carnes devem ser desfiadas e picadas e não adicionar açúcar nas frutas



Ana Carolina Marques
Nutricionista
CRN: 52117

CARDÁPIO INTOLERANTES

Refeição	Desjejum	Almoço	Lanche da Tarde	Jantar	Ceia
Segunda-feira 03/08	Chá e pão francês com manteiga vegetal	Arroz, feijão carioca, omelete com abóbora e salada de acelga refogada	Leite 0 lactose ou a base de soja e biscoito de polvilho	Caldo de feijão branco com batata, cenoura e carne desfiada	Vitamina de abacate (leite 0 lactose ou a base de soja)
		Melancia			
Terça-feira 04/08	Mingau de aveia	Arroz, feijão carioca, frango com chuchu e salada de alface	Chá e bolo de laranja	Caldo verde (batata e couve) com carne	Panqueca de banana
		Maçã sem casca			
Quarta-feira 05/08	Chá e pão francês com manteiga vegetal	Arroz, feijoadinha (feijão preto e file mignon suíno), couve refogada e salada de tomate	Leite 0 lactose ou a base de soja e biscoito integral	Sopa de feijão com macarrão, chuchu, cenoura e frango desfiado	Bolinho de arroz com salsa assado
		Laranja			
Quinta-feira 06/08	Mingau de chocolate 70%	Arroz, feijão carioca, frango desfiado com salsa e purê de mandioca		Canja (batata, cenoura e frango)	Leite 0 lactose ou a base de soja com cacau e pão de banha com manteiga
		Maçã			
Sexta-feira 07/08	Chá e pão francês com manteiga vegetal	Macarrão a bolonhesa (carne moída), abobrinha e salada de alface	Leite 0 lactose ou a base de soja e pão de banha com ovos mexidos	Polenta de carne moída ao molho	Chá e biscoito de arroz
		Melão			
Refeição	Desjejum	Almoço	Lanche da Tarde	Jantar	Ceia
Segunda-feira 10/08	Chá e pão francês com manteiga vegetal	Arroz, feijão carioca, ovo mexido com cenoura e salada de repolho refogado	Leite 0 lactose ou a base de soja e biscoito de polvilho	Macarrão com frango desfiado ao molho	Danone de mamão e inhame
		Maçã sem casca			
Terça-feira 11/08	Mingau de amido	Arroz, feijão carioca, escondidinho de frango e salada de alface	Chá e bolo de chocolate 70%	Caldo de mandioca com carne frango	Chá e pão de banha com manteiga
		Melancia			
Quarta-feira 12/08	Chá e pão francês com manteiga vegetal	Arroz, feijão preto, carne em cubos e salada de tomate	Vitamina de maçã, banana e mamão (leite 0 lactose ou a base de soja)	Sopa de batata e cenoura com carne	Chá e biscoito integral
		Laranja			
Quinta-feira 13/08	Leite 0 lactose ou a base de soja e pão de banha com manteiga vegetal	Arroz, feijão carioca, frango desfiado com abobrinha e salada de pepino com beterraba	Chá e torta de talos	Caldo de batata-doce com frango e cheiro verde	Leite 0 lactose ou a base de soja e pão de banha com manteiga
		Melão			
Sexta-feira 14/08	Chá e pão francês com manteiga vegetal	Macarrão com brócolis, feijão carioca e carne moída	Leite 0 lactose ou a base de soja e pão de banha com ovos mexidos	Sopa de feijão com batata e carne	Salada de frutas
		Banana			

Orientações:

Não liquidificar ou peneiras as papinhas, apenas amassar bem.

Os legumes devem ser bem cozidos.

As carnes devem ser desfiadas e picadas e não adicionar açúcar nas preparações.


 Ana Carolina Marques
 Nutricionista
 CRN: 52117



CARDÁPIO INTOLERANTES

Refeição	Desjejum	Almoço	Lanche da Tarde	Jantar	Ceia
Segunda-feira 17/08	Chá e pão francês com manteiga	Arroz, feijão carioca, omelete com tomate e cenoura e salada de repolho refogado	Leite 0 lactose ou a base de soja e biscoito de polvilho	Polenta com frango ao molho	Mamão polvilhado com aveia
		Banana			
Terça-feira 18/08	Mingau de banana	Arroz, feijão carioca, frango com abobrinha e salada de pepino e beterraba	Chá e bolo de fubá	Sopa de abóbora com frango desfiado	Panqueca de chocolate 70%
		Melancia			
Quarta-feira 19/08	Chá e pão francês com requeijão	Arroz, feijoadinha (feijão preto e file mignon suíno), couve refogado e salada de tomate	Leite 0 lactose ou a base de soja e biscoito integral	Caldo de feijão branco com espinafre e carne desfiada	Vitamina de abacate
		Laranja			
Quinta-feira 20/08	Vitamina de banana e pão francês com manteiga	Arroz, feijão carioca, frango desfiado com salsa e purê de mandioca	Chá e torta de abobrinha e tomate	Canja com frango desfiado	Chá e pão de banha com manteiga vegetal
		Melão			
Sexta-feira 21/08	Chá e pão francês com manteiga	Macarrão a bolonhesa (carne moída), feijão carioca e salada de alface	Leite 0 lactose ou a base de soja e pão de banha com ovos mexidos	Sopa de macarrão com cenoura, tomate e carne moída	Chá e biscoito integral
		Maçã sem casca			

Refeição	Desjejum	Almoço	Lanche da Tarde	Jantar	Ceia
Segunda-feira 24/08	Chá e pão francês com manteiga	Arroz, feijão carioca, ovo mexido com escarola e salada de acelga refogada	Leite 0 lactose ou a base de soja e biscoito de polvilho	Macarrão com frango desfiado ao molho	Panqueca de banana
		Melancia			
Terça-feira 25/08	Mingau de chocolate 70%	Arroz, feijão carioca, escondidinho de mandioca com frango e salada de tomate	Chá e bolo de cenoura	Fubá com couve e frango	Bolinho de arroz assado
		Maçã sem casca			
Quarta-feira 26/08	Chá e pão francês com requeijão	Arroz, feijão preto, carne em cubos com tomate e salada de couve picadinho	Vitamina de maçã e mamão	Sopa de feijão com chuchu, cenoura e carne	Banana polvilhado com aveia
		Laranja			
Quinta-feira 27/08	Mingau de aveia	Arroz, feijão carioca, frango desfiado com batata-doce e salada de tomate e cenoura refogada	Chá e torta de brócolis	Sopa de batata com espinafre e frango desfiado	Chá e pão de banha com manteiga vegetal
		Melão			
Sexta-feira 28/08	Chá e pão francês com manteiga	Macarrão com brócolis, feijão carioca, carne moída e salada de alface	Leite 0 lactose ou a base de soja e pão de banha com ovos mexidos	Caldo verde (batata e couve) e carne moída	Salada de frutas (banana, maçã e laranja)
		Banana			

Segunda-feira 31/08	Chá e pão francês com manteiga	Arroz, feijão carioca, omelete com tomate e cenoura e salada de repolho	Leite 0 lactose ou a base de soja e biscoito de polvilho	Polenta com frango desfiado ao molho	Vitamina de abacate
		Laranja			

Orientações

Não liquidificar ou peneiras as papinhas, apenas amassar bem.

Os legumes devem ser bem cozidos

As carnes devem ser desfiadas e picadas e não adicionar açúcar nas preparações


Ang Carolina Marques
Nutricionista
CRN- 52117