



cardápio Dezembro - berçário

REFEIÇÕES	COLAÇÃO (SUCOS)	ALMOÇO/JANTAR	LANCHE
2ª FEIRA	SUCO DE FRUTAS	INHAME/CENOURA AGRIÃO ARROZ/CALDO FEIJÃO MÚSCULO SOB: PERA/ CREME DE FRUTAS	PAPA MAMÃO, MAÇÃ
3ª FEIRA	MELÃO	BATATA / BETERRABA CHUCHU MASSINHA/CALDO DE FEIJÃO FRANGO SOB: MAÇÃ / MAMÃO	PAPA PÊRA, BANANA
4ª FEIRA	MAÇÃ	BATATA DOCE/ ABÓBORA ESPINAFRE ARROZ /CALDO FEIJÃO MÚSCULO SOB: BANANA/ CREME DE FRUTAS	PAPA PÊRA, MAMÃO
5ª FEIRA	LARANJA	INHAME/ CENOURA CHUCHU MASSINHA/CALDO DE FEIJÃO FRANGO SOB: MAÇÃ / BANANA	PAPA MAMÃO, PÊRA
6ª FEIRA	COQUETEL DE FRUTAS	BATATA / BETERRABA ABOBRINHA ARROZ /CALDO DE FEIJÃO MÚSCULO SOB: MAMÃO/ PÊRA	PAPA BANANA, MAÇÃ

Observações:

✓ alterações no cardápio = considerando-se as necessidades internas da creche poderão ocorrer sem comunicação prévia;

✓ alimentos * integrais= alimentos adicionados ou enriquecidos com fibras ou farinha integral;

✓ leitura dos Cardápios = Os cardápios têm início sempre às 2ª feiras. Assim se o mês corrente termina no meio da semana, voltamos para a 1ª semana deste mês. E iniciamos o cardápio do próximo mês na sua primeira 2ª feira.