



# Cardápio Berçário Integral - opção 1

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
CAFÉ DA MANHÃ 7:30 h	Mamadeira*	Mamadeira*	Mamadeira*	Mamadeira*	Mamadeira*
COLAÇÃO- 9:15 h	Manga	Banana maçã	Laranja lima	Melancia	Maçã
ALMOÇO 10:30 h	Arroz, batata, feijão, cenoura, chuchu e carne moída	Arroz, mandioquinha salsa, feijão, abobrinha, brócolis e frango desfiado	Arroz, feijão, cabotiá, couve-flor e carne de panela desfiada	Sopa de macarrãozinho, cenoura, chuchu, espinafre e frango desfiado	Polenta bem molinha com carne moída, beterraba e couve refogada (bem picadinha)
	<b>Diabéticos:</b> substituir por arroz integral	<b>Diabéticos:</b> substituir por arroz integral	<b>Diabéticos:</b> substituir por arroz integral	<b>Diabéticos:</b> substituir por macarrão integral <b>Intolerante ao glúten:</b> substituir por macarrão de arroz	
LANCHINHO 1 13:00h	Mamadeira*	Mamadeira*	Mamadeira*	Mamadeira*	Mamadeira*
LANCHINHO 2 14:30 h	**Laranja ou Poncã/tangerina	**Maçã	** Mamão formosa <u>com</u> Abacate (não colocar açúcar)	**Banana prata	** Melão
	*** Pãozinho de queijo de inhame (Inhame, polvilho doce, óleo, sal). Suco de melão sem açúcar.	***Pão francês com requeijão Suco de abacaxi com hortelã e maçã sem açúcar	*** Mamão formosa <u>com</u> Abacate (não colocar açúcar)	***Crepioça com frango desfiado (ovo, tapioca, cebola, cheiro verde, cebola, frango desfiado, tomate e sal) Suco de laranja com maçã sem açúcar	***Bolinho de maçã integral sem açúcar (banana, maçã, farinha de arroz, aveia, ovo, fermento, canela) Suco morango (polpa) com mamão sem açúcar
		<b>Intolerante ao glúten:</b> Substituir por pão sem glúten <b>Intolerante a lactose:</b> Substituir por panquequinha de banana sem açúcar (ovo, banana, farinha de arroz, aveia)			<b>Intolerante ao glúten:</b> Substituir por aveia sem glúten

\* \*\* Leite materno/ fórmula infantil de partida/ fórmula especial/ leite de vaca puro

\*\* De 4 a 12 meses e \*\*\*A partir de 1 ano

Média semanal	Energia (kcal)	Proteína (g)	Lipídeos (g)	Saturados (g)	Carboidratos (g)	Fibra Alimentar (g)	Cálcio (mg)	Magnésio (mg)	Ferro (mg)	Zinco (mg)	Retinol (mcg)	Vit C. (mg)	Sódio (mg)	Gordura Trans (g)
<b>Grupo 0 (6 a 11 meses)</b>	463,40	17,17	15,13	7,20	68,11	4,86	348,41	59,81	5,42	3,90	417,38	56,28	154,92	0,00
<b>Grupo 0 (6 a 11 meses) DIABÉTICOS</b>	451,90	16,97	15,17	7,25	65,50	4,90	346,86	64,31	5,16	3,92	417,38	56,15	182,73	0,00
<b>Grupo 0 (6 a 11 meses) INTOLERANTE AO GLÚTEN</b>	460,40	17,17	15,13	7,20	68,11	4,86	348,41	59,81	5,42	3,90	417,38	56,28	154,92	0,00
<b>Grupo 0 (6 a 11 meses) INTOLERANTE A LACTOSE</b>	463,40	17,17	15,13	7,20	68,11	4,86	348,41	59,81	5,42	3,90	417,38	56,28	154,92	0,00
<b>Grupo 1 (1 a 3 anos)</b>	730,75	26,94	23,53	10,09	98,57	6,29	505,70	81,06	7,89	5,19	575,80	79,57	368,63	0,00
<b>Grupo 1 (1 a 3 anos) DIABÉTICOS</b>	705,74	26,54	23,61	10,19	93,34	6,37	502,62	90,06	7,37	5,22	575,80	79,31	424,26	0,00
<b>Grupo 1 (1 a 3 anos) INTOLERANTE AO GLÚTEN</b>	725,42	26,75	23,65	10,17	97,94	6,17	504,91	79,78	7,84	5,15	575,65	79,57	366,25	0,00
<b>Grupo 1 (1 a 3 anos) INTOLERANTE A LACTOSE</b>	724,04	27,22	23,46	9,50	97,26	6,53	496,54	7,98	7,98	5,26	585,06	79,81	318,77	0,00

---

Vanessa Cipriani Giuliangeli  
CRN8 - 3473