



## BERÇÁRIO - PÊ- EFINHO

NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL: BEATRIZ TABITH CRN-3: 34407

DATAS	REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
01 A 04	LANCHE DA MANHÃ	MAIO	"DANONINHO" DE INHAME COM MAMÃO	AMEIXA NA PRESSÃO	MANGA	PERA
	ALMOÇO/ JANTAR		QUINOA, LENTILHA, FRANGO DESFIADO, ESPINAFRE REFOGADO E CENOURA RALADA	CARNE ASSADA DESFIADA, AVEIA, FEIJÃO PRETO, COUVE MANTEIGA REFOGADA E PEPINO RALADINHO	SOPINHA DE MACARRÃO AVE MARIA COM FRANGO DESFIADO, ERVILHAS, CHUCHU E BRÓCOLIS	MANDIOQUINHA COZIDA, FEIJÃO CARIOCA, CARNE MOÍDA, PIMENTÃO AMARELO PICADINHO E REPOLHO COLORIDO
	LANCHE DA TARDE		NECTARINA	CREME DE CENOURA COM MAMÃO	CREME DE ABACATE	MAÇÃ ASSADA COM UM POUQUINHO DE CANELA

### GRUPOS ALIMENTARES

1- CEREAL OU TUBÉRCULO: BATATAS, MANDIOQUINHA, MANDIOCA, CENOURA, BETERRABA, INHAME, AVEIA, MACARRÃO E ARROZ

2- LEGUMINOSA: FEIJÕES, LENTILHA, ERVILHA

3- LEGUME: ABOBRINHA, ABÓBORA, CHUCHU, TOMATE, CEBOLA, PIMENTÃO AMARELO

4- VERDURA: ALFACES, RÚCULA, AGRIÃO, ACELGA, CHICÓRIA, ESCAROLA, BRÓCOLIS, ALMEIRÃO, FOLHA DE MOSTARDA, ESPINAFRE, REPOLHOS, COUVE MANTEIGA, AGRIÃO, ERVA-DOCE, SALSÃO, SALSINHA, CEBOLINHA

5- PROTEÍNA: BOVINOS, FRANGO, SUÍNO, OVO

**IMPORTANTE:** VARIAMOS TODOS OS GRUPOS ALIMENTARES, COM A MAIOR VARIEDADE DE ALIMENTOS POSSÍVEL, VISANDO ADEQUADA FORMAÇÃO DE PALADAR.

TODOS OS ALIMENTOS SÃO PREPARADOS SEM SAL E MEL PARA BEBÊS DE ATÉ 12 MESES, SEM NENHUM TIPO DE AÇÚCAR ATÉ 24 MESES.

TEMPEROS UTILIZADOS: AZEITE EXTRA-VIRGEM, MANTEIGA, ERVAS FRESCAS E DESIDRATADAS, "SAL DE ERVAS BABY" CASEIRO



## BERÇÁRIO: PÊ- EFINHO

NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL: BEATRIZ TABITH CRN-3: 34407

DATAS	REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
07 A 11	LANCHE DA MANHÃ	MAÇÃ	CAQUI	PERA	CREME DE ABACATE	AMEIXA
	ALMOÇO/ JANTAR	ARROZ BRANCO, FEIJÃO CARIOCA, OVOS MEXIDOS COM CENOURA E CHICÓRIA	QUINOA, FEIJÃO BRANCO, FRANGO DESFIADO, BETERRABA COZIDA E ACELGA	POLENTINHA, FEIJÃO PRETO, CARNE ASSADA DESFIADA, ABOBRINHA REFOGADA E ESCAROLA	CANJINHA (ARROZ BRANCO, FRANGO DESFIADO, ERVILHAS, VAGEM E BRÓCOLIS)	ARROZ BRANCO, FEIJÃO CARIOCA, CARNE DE PANELA EM PEDACINHOS, INHAME COZIDO E ALMEIRÃO
	LANCHE DA TARDE	MELANCIA BABY	BANANA COM AVEIA	NECTARINA	MELÃO	"DANONINHO" DE INHAME COM UVAS

### GRUPOS ALIMENTARES

- 1- CEREAL OU TUBÉRCULO: BATATAS, MANDIOQUINHA, MANDIOCA, CENOURA, BETERRABA, INHAME, CARÁ, AVEIA, QUINOA, FUBÁ (POLENTINHA), MACARRÃO E ARROZ
- 2- LEGUMINOSA: FEIJÕES, LENTILHA, ERVILHA, GRÃO DE BICO, FAVA, VAGEM
- 3- LEGUME: ABOBRINHA, ABÓBORA, CHUCHU, BERINJELA, TOMATE, CEBOLA, PEPINO, NABO, COUVE-FLORES, PIMENTÃO AMARELO, RABANETE
- 4- VERDURA: ALFACES, RÚCULA, AGRIÃO, ACELGA, CHICÓRIA, ESCAROLA, BRÓCOLIS, ALMEIRÃO, FOLHA DE MOSTARDA, ESPINAFRE, REPOLHOS, COUVE MANTEIGA, AGRIÃO, ERVA-DOCE, SALSÃO, SALSINHA, CEBOLINHA
- 5- PROTEÍNA: BOVINOS, FRANGO, SUÍNO, OVO, PEIXE

**IMPORTANTE:** VARIAMOS TODOS OS GRUPOS ALIMENTARES, COM A MAIOR VARIEDADE DE ALIMENTOS POSSÍVEL, VISANDO ADEQUADA FORMAÇÃO DE PALADAR.

TODOS OS ALIMENTOS SÃO PREPARADOS SEM SAL E MEL PARA BEBÊS DE ATÉ 12 MESES, SEM NENHUM TIPO DE AÇÚCAR ATÉ 24 MESES.

TEMPEROS UTILIZADOS: AZEITE EXTRA-VIRGEM, MANTEIGA, ERVAS FRESCAS E DESIDRATADAS, "SAL DE ERVAS BABY" CASEIRO

\*ARROZ BIRÔ-BIRÔ: CENOURA, CHUCHU, VAGEM E BRÓCOLIS



## BERÇÁRIO: PÊ- EFINHO

NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL: BEATRIZ TABITH CRN-3: 34407

DATAS	REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
14 A 18	LANCHE DA MANHÃ	PERA	MAÇÃ	"DOCINHO" DE BANANA ASSADA AMASSADINHA COM UM POUQUINHO DE CANELA	CREME DE MAMÃO COM LARANJA LIMA	CAQUI
	ALMOÇO/ JANTAR	ARROZ COM BRÓCOLIS, FEIJÃO CARIOCA, OMELETINHO, VAGEM COZIDA E ALFACE MIMOSA	POLENTINHA, LENTILHA, FRANGO DESFIADO, ABOBRINHA REFOGADA E REPOLHO COLORIDO	ARROZ BRANCO, FEIJÃO PRETO, CARNE MOÍDA, ESPINAFRE REFOGADO E TOMATE PICADINHO	SOPINHA DE MACARRÃO COM GRÃO DE BICO, FRANGO DESFIADO, COUVE-FLORES E ESPINAFRE	ARROZ BRANCO, FEIJÃO CARIOCA, CARNE ASSADA DESFIADA, BATATA COZIDA E CEBOLINHA
	LANCHE DA TARDE	CREME DE CARAMBOLA COM BANANA	AMEIXA	CREME DE ABACATE	PERA ASSADA COM CRAVO	MELANCIA BABY

### GRUPOS ALIMENTARES

- 1- CEREAL OU TUBÉRCULO: BATATAS, MANDIOQUINHA, MANDIOCA, CENOURA, BETERRABA, INHAME, CARÁ, AVEIA, QUINOA, FUBÁ (POLENTINHA), MACARRÃO E ARROZ
- 2- LEGUMINOSA: FEIJÕES, LENTILHA, ERVILHA, GRÃO DE BICO, FAVA, VAGEM
- 3- LEGUME: ABOBRINHA, ABÓBORA, CHUCHU, BERINJELA, TOMATE, CEBOLA, PEPINO, NABO, COUVE-FLORES, PIMENTÃO AMARELO, RABANETE
- 4- VERDURA: ALFACES, RÚCULA, AGRIÃO, ACELGA, CHICÓRIA, ESCAROLA, BRÓCOLIS, ALMEIRÃO, FOLHA DE MOSTARDA, ESPINAFRE, REPOLHOS, COUVE MANTEIGA, AGRIÃO, ERVA-DOCE, SALSÃO, SALSINHA, CEBOLINHA
- 5- PROTEÍNA: BOVINOS, FRANGO, SUÍNO, OVO, PEIXE

**IMPORTANTE:** VARIAMOS TODOS OS GRUPOS ALIMENTARES, COM A MAIOR VARIEDADE DE ALIMENTOS POSSÍVEL, VISANDO ADEQUADA FORMAÇÃO DE PALADAR.

TODOS OS ALIMENTOS SÃO PREPARADOS SEM SAL E MEL PARA BEBÊS DE ATÉ 12 MESES, SEM NENHUM TIPO DE AÇÚCAR ATÉ 24 MESES.

TEMPEROS UTILIZADOS: AZEITE EXTRA-VIRGEM, MANTEIGA, ERVAS FRESCAS E DESIDRATADAS, "SAL DE ERVAS BABY" CASEIRO

\*MOQUEQUINHA DE PEIXE BRANCO: LEITE DE COCO CASEIRO, CEBOLA, ALHO, AZEITE, BATATA DOCE E TEMPEROS NATURAIS



## BERÇÁRIO: PÊ- EFINHO

NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL: BEATRIZ TABITH CRN-3: 34407

DATAS	REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
21 A 25	LANCHE DA MANHÃ	CAQUI	MAÇÃ	AMEIXA	CREME DE MAMÃO COM LARANJA LIMA	MINGAU DE AVEIA
	ALMOÇO/ JANTAR	ARROZ BRANCO, FEIJÃO CARIOCA, OVOS COZIDOS, BETERRABA COZIDA E ACELGA	ARROZ BRANCO, STROGONOFFINHO DE CARNE BABY (CARNE DESFIADA AO MOLHO DE TOMATE NATURAL) BATATA CORADA E CATALONHA	AVEIA, FEIJÃO PRETO COM ABÓBORA, FRANGO DESFIADO E ESCAROLA	SOPINHA DE FEIJÃO (COM MACARRÃO, CARNE MOÍDA, CENOURA BRÓCOLIS)	POLENTINHA, FEIJÃO CARIOCA, FRANGO DESFIADO, COUVE-FLORES COZIDA E PIMENTÃO AMARELO PICADINHO
	LANCHE DA TARDE	CREME DE ABACATE	CREME DE MARACUJÁ DOCE COM BANANA	MANGA	PERA ASSADA COM CRAVO	MELANCIA BABY

### GRUPOS ALIMENTARES

- 1- CEREAL OU TUBÉRCULO: BATATAS, MANDIOQUINHA, MANDIOCA, CENOURA, BETERRABA, INHAME, CARÁ, AVEIA, QUINOA, FUBÁ (POLENTINHA), MACARRÃO E ARROZ
- 2- LEGUMINOSA: FEIJÕES, LENTILHA, ERVILHA, GRÃO DE BICO, FAVA, VAGEM
- 3- LEGUME: ABOBRINHA, ABÓBORA, CHUCHU, BERINJELA, TOMATE, CEBOLA, PEPINO, NABO, COUVE-FLORES, PIMENTÃO AMARELO, RABANETE
- 4- VERDURA: ALFACES, RÚCULA, AGRIÃO, ACELGA, CHICÓRIA, ESCAROLA, BRÓCOLIS, ALMEIRÃO, FOLHA DE MOSTARDA, ESPINAFRE, REPOLHOS, COUVE MANTEIGA, AGRIÃO, ERVA-DOCE, SALSÃO, SALSINHA, CEBOLINHA
- 5- PROTEÍNA: BOVINOS, FRANGO, SUÍNO, OVO, PEIXE

**IMPORTANTE:** VARIAMOS TODOS OS GRUPOS ALIMENTARES, COM A MAIOR VARIEDADE DE ALIMENTOS POSSÍVEL, VISANDO ADEQUADA FORMAÇÃO DE PALADAR.

TODOS OS ALIMENTOS SÃO PREPARADOS SEM SAL E MEL PARA BEBÊS DE ATÉ 12 MESES, SEM NENHUM TIPO DE AÇÚCAR ATÉ 24 MESES.

TEMPEROS UTILIZADOS: AZEITE EXTRA-VIRGEM, MANTEIGA, ERVAS FRESCAS E DESIDRATADAS, "SAL DE ERVAS BABY" CASEIRO



## BERÇÁRIO: PÊ- EFINHO

NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL: BEATRIZ TABITH CRN-3: 34407

DATAS	REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
28 A 30	LANCHE DA MANHÃ	CREME DE CARAMBOLA COM BANANA	MAÇÃ	NECTARINA		
	ALMOÇO/ JANTAR	QUINOA, FEIJÃO CARIOCA, OVOS MEXIDOS COM ABOBRINHA E ALMEIRÃO	BATATA DOCE COZIDA, FEIJÃO BRANCO, FRANGO DESFIADO, CHUCHU E ALFACE ROXA	MANDIOCA COZIDA, FEIJÃO PRETO, CARNE MOÍDA, COUVE MANTEIGA REFOGADA E PEPINO RALADINHO COM CEBOLA		
	LANCHE DA TARDE	CREME DE ABACATE	AMEIXA	"DOCINHO" DE BATATA DOCE COM UVA PASSA		

### GRUPOS ALIMENTARES

- 1- CEREAL OU TUBÉRCULO: BATATAS, MANDIOQUINHA, MANDIOCA, CENOURA, BETERRABA, INHAME, CARÁ, AVEIA, QUINOA, FUBÁ (POLENTINHA), MACARRÃO E ARROZ
- 2- LEGUMINOSA: FEIJÕES, LENTILHA, ERVILHA, GRÃO DE BICO, FAVA, VAGEM
- 3- LEGUME: ABOBRINHA, ABÓBORA, CHUCHU, BERINJELA, TOMATE, CEBOLA, PEPINO, NABO, COUVE-FLORES, PIMENTÃO AMARELO, RABANETE
- 4- VERDURA: ALFACES, RÚCULA, AGRIÃO, ACELGA, CHICÓRIA, ESCAROLA, BRÓCOLIS, ALMEIRÃO, FOLHA DE MOSTARDA, ESPINAFRE, REPOLHOS, COUVE MANTEIGA, AGRIÃO, ERVA-DOCE, SALSÃO, SALSINHA, CEBOLINHA
- 5- PROTEÍNA: BOVINOS, FRANGO, SUÍNO, OVO, PEIXE

**IMPORTANTE:** VARIAMOS TODOS OS GRUPOS ALIMENTARES, COM A MAIOR VARIEDADE DE ALIMENTOS POSSÍVEL, VISANDO ADEQUADA FORMAÇÃO DE PALADAR.

TODOS OS ALIMENTOS SÃO PREPARADOS SEM SAL E MEL PARA BEBÊS DE ATÉ 12 MESES, SEM NENHUM TIPO DE AÇÚCAR ATÉ 24 MESES.

TEMPEROS UTILIZADOS: AZEITE EXTRA-VIRGEM, MANTEIGA, ERVAS FRESCAS E DESIDRATADAS, "SAL DE ERVAS BABY" CASEIRO