

# CARDÁPIO SEMANAL

9 a 12 meses

Semana: \_\_\_\_\_ 1 e 5 de abril

HMMM

## Segunda-feira

**Lanche Manhã:**  
Banana e Laranja

**Almoço:**  
Arroz/Feijão  
Isclas de carne  
Parafuso na manteiga  
Legumes Sautee  
Sal: beterraba ralada

**Lanche Tarde:**  
Morango

**Pré Jantar:**  
Macarrão c/ Carne Moída

## Terça-feira

**Lanche Manhã:**  
Maçã e Melancia

**Almoço:**  
Arroz/Feijão  
Frango desfiado  
Cenoura Sautee  
Batata doce  
Sal: Cenoura ralada

**Lanche Tarde:**  
Abacaxi e Mamão

**Pré Jantar:**  
Sopa Minestra  
Pão Caseiro

## Quarta-feira

**Lanche Manhã:**  
Banana e Uva

**Almoço:**  
Arroz/Feijão  
Carne Moída com Molho  
Purê de Batatas  
Abóbora Cabotiá  
Sal: Tomate cereja

**Lanche Tarde:**  
Manga e Kiwi

**Pré Jantar:**  
Arroz, Feijão e Frango.

## Quinta-feira

**Lanche Manhã:**  
Uva e Maçã

**Almoço:**  
Arroz/Feijão  
Frango desfiado  
Quinoa  
Legumes Sautee  
Sal: Pepino ralado

**Lanche Tarde:**  
Laranja e morango

**Pré Jantar:**  
Sopa creme de espinafre  
Pão fatiado

## Sexta-feira

**Lanche Manhã:**  
Mamão e Abacaxi

**Almoço:**  
Arroz/Feijão  
Carne desfiada  
Batata  
Brócolis com Milho Refogados  
Sal: couve flor

**Lanche Tarde:**  
Uva e Banana

**Pré Jantar:**  
Canja  
Pão massinha

- Todas as preparações são realizadas sem adição de açúcar, somente açúcares dos ingredientes naturais;
- Todas as carnes desfiadas/picadas.

it's cool

# CARDÁPIO SEMANAL

9 a 12 meses

Semana: 08 a 12 de abril

HMMM

## Segunda-feira

**Lanche Manhã:**  
Banana e Kiwi

**Almoço:**  
Arroz/Feijão  
Carne moída  
Polenta  
Legumes na Manteiga  
Sal: tomate cereja

**Lanche Tarde:**  
Uva e Melão

**Pré Jantar:**  
Sopa de Legumes  
Pão Caseiro

## Terça-feira

**Lanche Manhã:**  
Mamão e Maçã

**Almoço:**  
Arroz/Feijão  
Franguinho desfiado  
Batata Rústica  
Legumes na Chapa  
Sal: cenoura ralada

**Lanche Tarde:**  
Melão e melancia

**Pré Jantar:**  
Polenta c/ Carne Moída

## Quarta-feira

**Lanche Manhã:**  
Manga e Banana

**Almoço:**  
Arroz/Feijão  
Carne desfiada  
Nhoque com ervas  
Vagem a Burguesa  
Sal beterraba ralada

**Lanche Tarde:**  
Mamão e Maçã

**Pré Jantar:**  
Canja  
Pão Massinha

## Quinta-feira

**Lanche Manhã:**  
Melancia e Maçã

**Almoço:**  
Arroz/Feijão  
Almôndegas  
Penne ao sugo  
Cenoura Sautee  
Sal: tomate picadinho

**Lanche Tarde:**  
Laranja e Melão

**Pré Jantar:**  
Arroz, Legumes e Carne

## Sexta-feira

**Lanche Manhã:**  
Banana e Uva

**Almoço:**  
Arroz/Feijão  
Frango desfiado  
Milho cozido  
Legumes na Manteiga  
Sal: Pepino ralado

**Lanche Tarde:**  
Melancia e Laranja

**Pré Jantar:**  
Sopa Minestra  
Pão Massinha

- Todas as preparações são realizadas sem adição de açúcar, somente açúcares dos ingredientes naturais;
- Todas as carnes desfiadas/picadas.

# CARDÁPIO SEMANAL

9 a 12 meses

Semana: 15 a 19 abril

HMMM

## Segunda-feira

### Lanche Manhã:

Banana e Kiwi

### Almoço:

Arroz/Feijão

Carne Moída com molho

Parafuso ao sugo

Brócolis Sautee

Sal: Couve flor

### Lanche Tarde:

Maçã e Laranja

### Pré Jantar:

Macarrão c/ Carne

## Terça-feira

### Lanche Manhã:

Maçã e Morango

### Almoço:

Arroz/Feijão

Omelete de forno

Batata cozida

Jardineira de Legumes

Sal: beterraba ralada

### Lanche Tarde:

Manga e Uva

### Pré Jantar:

Sopa de feijão

Pão fatiado

## Quarta-feira

### Lanche Manhã:

Banana e Manga

### Almoço:

Arroz/Feijão

Salmão

Purê misto (cenoura e batata)

Vagem na Manteiga

Sal: cenoura ralada

### Lanche Tarde:

Melão e Melancia

### Pré Jantar:

Polenta com carne moída

## Quinta-feira

### Lanche Manhã:

caseiro

Maçã e Mamão

### Almoço:

Arroz/Feijão

Carne desfiada

Aipim sauté

Legumes Gratinado

Sal: tomate cereja

### Lanche Tarde:

Abacaxi e Uva

### Pré Jantar:

Sopa creme de batata salsa

Pão massinha

## Sexta-feira

### Lanche Manhã:

Laranja e Banana

### Almoço:

Arroz/Feijão

Cubinhos de frango

Batata assada

Legumes sauté

Sal: cenoura ralada

### Lanche Tarde:

Maçã e Kiwi

### Pré Jantar:

Arroz, Feijão, Carne

- Todas as preparações são realizadas sem adição de açúcar, somente açúcares dos ingredientes naturais;
- Todas as carnes desfiadas/picadas.

# CARDÁPIO SEMANAL

9 a 12 meses

Semana: 22 a 26 de abril

HMMM

## Segunda-feira

### Lanche Manhã:

Banana e Abacaxi

### Almoço:

Arroz/Feijão  
Carne moída  
Parafuso na manteiga  
Brócolis e couve flor  
Sal: Tomate cereja

### Lanche Tarde:

Uva e Maçã

### Pré Jantar:

Risoto de Frango

## Terça-feira

### Lanche Manhã:

Mamão e Maçã

### Almoço:

Arroz/Feijão  
Frango desfiado  
Risoto a napolitana (tomate,  
manjeriço)  
Legumes na Chapa  
Sal: Cenoura ralada

### Lanche Tarde:

Melão e banana

### Pré Jantar:

Arroz, Feijão e Carne

## Quarta-feira

### Lanche Manhã:

Banana e uva

### Almoço:

Arroz/Feijão  
Almôndegas ao sugo  
Macarrão na manteiga  
Cenoura Sauté  
Sal: beterraba ralada

### Lanche Tarde:

Maçã e Melancia

### Pré Jantar:

Canja  
Pão Caseiro

## Quinta-feira

### Lanche Manhã:

Kiwi e Maçã

### Almoço:

Arroz/Feijão  
Mini hamburger (somente  
carne moída)  
Batata bolinha assada  
Brócolis  
Sal: Pepino ralado

### Lanche Tarde:

Morango e Mamão

### Pré Jantar:

Macarrão c/ Frango

## Sexta-feira

### Lanche Manhã:

Mamão e Banana

### Almoço:

Arroz/Feijão  
Carne desfiada  
Purê de batata salsa  
Abóbora cabotiá  
Sal: Couve Flor

### Lanche Tarde:

Melão e Uva

### Pré Jantar:

Sopa de Legumes c/ Carne  
Pão Massinha

- Todas as preparações são realizadas sem adição de açúcar, somente açúcares dos ingredientes naturais;
- Todas as carnes desfiadas/picadas.

it's cool

# CARDÁPIO SEMANAL

9 a 12 meses

Semana: 29 e 30 de abril

HMMM

Segunda-feira

Compensação de horas

Terça-feira

Compensação de horas

Quarta-feira

Quinta-feira

Sexta-feira

- Todas as preparações são realizadas sem adição de açúcar, somente açúcares dos ingredientes naturais;
- Todas as carnes/picadas.

it's cool