

CARDÁPIO BERÇÁRIO
UNIDADE JARDIM BLUMEAU
MARÇO DE 2017

Escola
Barão
do Rio Branco



Dia	Café da manhã	Almoço	Lanche da tarde	Jantar
01/03 Quarta-feira	Raspinha de melão	Arroz papa + caldo de feijão + cenoura e beterraba amassadas Berçário I: sopa de arroz com cenoura, beterraba e chuchu	Papa de banana e mamão	Escondidinho (purê de aipim com azeite de oliva e tempero verde + molho de frango) Berçário I: sopa de arroz com cenoura, beterraba e chuchu
02/03 Quinta-feira	Papa de manga	Polenta cremosa + molho de frango + couve-flor, brócolis, cenoura e abobrinha amassadas Berçário I: canja com legumes (couve-flor, brócolis, cenoura e abobrinha)	Maçã raspadinha	Aletria + molho de carne + chuchu amassado Berçário I: canja com legumes (couve-flor, brócolis, cenoura e abobrinha)
03/03 Sexta-feira	Banana e abacate amassados	Creme de abóbora com caldo de feijão Berçário I: sopa creme de abóbora	Mamão amassado com farinha de aveia	Sopa de frango com arroz e legumes
06/03 Segunda-feira	Pera raspadinha	Arroz papa + caldo de feijão + ovo cozido amassado + cenoura e chuchu amassados Berçário I: sopa de macarrão aletria com cenoura, chuchu e couve-flor	Papa amarela (Manga, cenoura e laranja)	Aletria ao molho sugo Berçário I: sopa de macarrão aletria com cenoura, chuchu e couve-flor
07/03 Terça-feira	Papa de mamão	Purê de batata inglesa, batata salsa e cenoura com azeite de oliva + molho de carne Berçário I: sopa de batata inglesa + batata salsa + carne + legumes variados	Banana amassada	Risoto baby (Arroz papa + molho de + cenoura, abobrinha e couve-flor amassadas Berçário I: sopa de batata inglesa + batata salsa + carne + legumes variados
08/03 Quarta-feira	Maçã raspadinha	Arroz papa + caldo de feijão + beterraba e abobrinha amassadas Berçário I: sopa de arroz com beterraba, abobrinha e brócolis	Banana e abacate amassados	Polenta com molho de carne moída e legumes Berçário I: sopa de arroz com beterraba, abobrinha e brócolis
09/03 Quinta-feira	Papa salada de frutas (banana, mamão, maçã e laranja)	Aletria + molho de carne + cenoura e brócolis amassados Berçário I: sopa de aletria com carne, cenoura, brócolis e chuchu	Papa de manga	Canja
10/03 Sexta-feira	Banana amassada	Sopa de carne com batata doce e legumes (abobrinha, couve-flor e beterraba)	Papa de mamão e laranja	Purê de batata e cenoura com molho de carne Berçário I: sopa de carne com batata doce e legumes (abobrinha, couve-flor e beterraba)
13/03 Segunda-feira	Papa de mamão com farinha de aveia	Arroz papa + caldo de feijão + omelete de brócolis + cenoura e beterraba amassadas Berçário I: sopa de macarrão cabelo de anjo com cenoura, beterraba e abóbora	Banana amassada	Carreteiro baby (arroz papa + quinoa + molho de carne + abóbora e chuchu amassados Berçário I: sopa de macarrão cabelo de anjo com cenoura, beterraba e abóbora
14/03 Terça-feira	Pera raspadinha	Purê de aipim com tempero verde + chuchu e tomate amassados + molho de carne Berçário I: sopa de frango com macarrão de letrinha se legumes	Papa salada de frutas (banana, mamão, maçã e laranja)	Sopa de frango com macarrão de letrinha se legumes
15/03 Quarta-feira	Papa amarela (manga, cenoura e laranja)	Sopinha de feijão com legumes (chuchu, cenoura e tomate) Berçário I: sopa de arroz com chuchu, cenoura e tomate	Raspinha de melão	Purê mix (batata e abóbora) à bolonhesa Berçário I: sopa de arroz com chuchu, cenoura e tomate
16/03 Quinta-feira	Papa de mamão e banana	Aletria + molho de carne + abóbora amassada Berçário I: sopa creme de abóbora com carne	Maçã raspadinha	Polenta cremosa + molho de frango + abobrinha e cenoura amassadas Berçário I: sopa creme de abóbora com carne
17/03 Sexta-feira	Papa de manga com farinha de quinoa	Canja	Papa de banana e abacate	Canja de carne
20/03 Segunda-feira	Maçã raspadinha	Creme de abóbora e abobrinha com caldo de feijão Berçário I: sopa creme de abóbora e abobrinha	Papa de manga e laranja	Polenta cremosa ao molho sugo Berçário I: sopa creme de abóbora e abobrinha
21/03 Terça-feira	Papa de mamão	Batata doce amassada + molho de carne + beterraba e cenoura amassadas Berçário I: sopa de batata doce com carne, beterraba, cenoura e vagem	Banana amassada	Risoto baby (arroz papa + quinoa + molho de frango desfiado + brócolis e ervilha amassados) Berçário I: sopa de batata doce com carne, beterraba, cenoura e vagem
22/03 Quarta-feira	Pera raspadinha	Arroz papa + caldo de feijão + chuchu e abóbora amassadas Berçário I: sopa de macarrão cabelo de anjo com chuchu, abóbora e tomate	Mamão amassado com farinha de quinoa	Macarronada (aletria + molho de carne moída com legumes) Berçário I: sopa de macarrão cabelo de anjo com chuchu, abóbora e tomate
23/03 Quinta-feira	Papa colorida (mamão, beterraba e banana)	Inhame amassado + molho de carne + vagem, cenoura e couve-flor amassadas Berçário I: Canja	Melão raspadinho	Canja
24/03 Sexta-feira	Banana e mamão amassados	Purê de batata e beterraba + caldo de feijão Berçário I: sopa de legumes variados (beterraba, vagem, couve-flor, etc...)	Papa de manga	Papa de aipim com tempero verde, azeite de oliva e cenoura com molho de carne Berçário I: sopa de legumes variados (beterraba, vagem, couve-flor, etc...)
27/03 Segunda-feira	Raspinhas de melão	Canja	Papa colorida (banana, beterraba e cenoura)	Polenta à bolonhesa Berçário I: canja
28/03 Terça-feira	Banana amassada	Purê mix (batata inglesa, batata salsa, beterraba abóbora) + molho de carne Berçário I: sopa de batata inglesa, batata salsa, beterraba, abóbora, abobrinha e carne	Papa de mamão e manga	Aletria ao molho sugo com pedaços de brócolis Berçário I: sopa de batata inglesa, batata salsa, beterraba, abóbora, abobrinha e carne
29/03 Quarta-feira	Maçã raspadinha	Abóbora, cenoura e brócolis amassados + caldo de feijão Berçário I: creme de abóbora + cenoura + brócolis	Papa de banana, mamão e maçã	Arroz papa com abóbora + molho de carne moída Berçário I: creme de abóbora + cenoura + brócolis
30/03 Quinta-feira	Mamão amassado	Aletria + molho de carne + chuchu e abobrinha amassados Berçário I: sopa verde (sopa frango com batata, legumes e suco de couve)	Pera raspadinha	Sopa verde (sopa frango com batata, legumes e suco de couve)
31/03 Sexta-feira	Papa colorida (banana, manga e beterraba)	Sopinha de feijão com legumes Berçário I: canja de carne	Banana amassada	Canja de carne

OBS: 1) O cardápio poderá sofrer alterações devido à entrega da matéria-prima pelos fornecedores, sazonalidade e aceitação das crianças.

6) **ALMOÇO e JANTAR, sem especificação de turma, IGUAL PARA TODOS.**

2) A nomenclatura **papa** quer dizer que os **alimentos/frutas serão amassadas** e não liquidificadas.

3) As sopas serão amassadas.

4) Feijão e lentilha serão servidos apenas para as crianças maiores de 8 meses, no lugar será oferecido legumes variados.

5) As frutas como: **banana e mamão, serão oferecidas picadas para o Berçário II (para estimular a mastigação).**

NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL PELA ELABORAÇÃO DO CARDÁPIO: **Debora Melchiorretto CRN10-3304.**

Contato: (47) 999155 4692 ou qualitynutri.consultoria@gmail.com

Debora Melchiorretto – Nutricionista – CRN10/3304