



Cardápio Berçário agosto / 2011

Data	Dia da semana	Lanche da manhã	Almoço	Lanche	Jantar
01/08	2ª feira	Banana Suco: Abacaxi	Arroz; feijão; carne desfiada; agrião refogado; batata cozida Suco: acerola	Maçã Suco: cajá	Risoto de frango com brócolis e vagem Suco: caju
02/08	3ª feira	Mamão Suco: goiaba	Arroz; feijão; fígado acebolado; purê de mandioca Suco: kiwi	Melão Suco: laranja	Arroz; feijão; purê de baroa; carne moída c/ couve flor Suco: limão c/ couve
03/08	4ª feira	Manga Suco: graviola	Arroz; feijão; peixe cozido no molho de tomate; chuchu refogado Suco: laranja c/ acerola	Melancia Suco: manga	Sopinha de feijão c/ frango, cenoura e batata inglesa Suco: maracujá
04/08	5ª feira	Morango Suco: mamão c/ limão	Arroz; feijão; frango cozido; quiabo refogado; beterraba cozida Suco: melão	Pera Suco: pêssego	Arroz; feijão; carne c/ legumes Suco: pitanga
05/08	6ª feira	Mexerica Suco: tangerina	Arroz; feijão; bife de panela; legumes no azeite Suco: tamarindo	Trinca de frutas Suco: uva	Canja de galinha c/ chuchu e cará Suco: morango
08/08	2ª feira	Kiwi Suco: uva c/ beterraba	Arroz; feijão; escondidinho de frango com batata; abobrinha refogada Suco: abacaxi	Banana Suco: acerola	Sopinha de fubá c/ carne moída; agrião; tomate e abobrinha Suco: cajá
09/08	3ª feira	Maçã Suco: caju	Arroz; feijão; tirinhas aceboladas; abóbora refogada; maxixe refogado Suco: goiaba	Mamão Suco: kiwi	Arroz; feijão; frango desfiado; inhame cozido; beterraba cozida Suco: laranja
10/08	4ª feira	Melão Suco: limão c/ couve	Arroz; feijão; peixe cozido; baroa cozida; chuchu refogado Suco: laranja c/ acerola	Manga Suco: graviola	Risoto de carne c/ cenoura e tomate Suco: manga
11/08	5ª feira	Melancia Suco: cacau	Arroz; feijão; iscas de frango aceboladas; inhame cozido; couve refogada Suco: mamão c/ limão	Morango Suco: melão	Vaca atolada c/ vagem Suco: melancia
12/08	6ª feira	Pera Suco: pêssego	Arroz; feijão; bolinho de fígado; cará cozido; vagem refogada Suco: melão	Trinca de frutas Suco: pitanga	Galinhada Purê de legumes Suco: tangerina
15/08	2ª feira	Banana Suco: tamarindo	Arroz; feijão; frango desfiado; batata doce cozida; cenoura cozida Suco: uva	Maçã Suco: morango	Arroz; feijão; carne cozida; legumes ao azeite Suco: uva c/ beterraba
16/08	3ª feira	Mamão Suco: abacaxi	Arroz; feijão; escondidinho de carne moída c/ purê de mandioca; beterraba cozida Suco: acerola	Melão Suco: cajá	Risoto de peixe c/ brócolis, tomate e chuchu Suco: caju

17/08	4ª feira	Manga Suco: goiaba	Arroz; feijão; carne moída acebolada; inhame cozido; maxixe refogado Suco: Kiwi	Melancia Suco: laranja	Sopinha de fubá c/ frango, cenoura e agrião Suco: manga
18/08	5ª feira	Morango Suco: pêssego	Arroz; feijão; peixe ao molho de tomate; legumes refogados Suco: laranja c/ acerola	Pera Suco: maracujá c/ couve	Arroz; feijão; fígado; purê de batatas Suco: uva
19/08	6ª feira	Mexerica Suco: maçã	Arroz; feijão; carne desfiada; chuchu refogado; brócolis cozido Suco: goiaba	Trinca de frutas Suco: abacaxi	Caldo de frango com abóbora Suco: acerola
22/08	2ª feira	Kiwi Suco: cajá	Arroz; feijão; frango à mineira; purê de batata; vagem refogada Suco: caju	Banana Suco: laranja	Caldo de feijão c/ carne moída; chuchu e vagem Suco: manga
23/08	3ª feira	Maçã Suco: abacaxi c/ hortelã	Arroz; feijão; fígado ao molho de tomates; purê de mandioca Suco: melão	Mamão Suco: pêssego	Arroz; feijão; frango cozido c/ tomate; cará cozido; Suco: maracujá
24/08	4ª feira	Melão Suco: melancia	Arroz; feijão; frango desfiado; abobrinha; brócolis Suco: goiaba	Manga Suco: morango	Risotinho vegetariano; carne desfiada Suco: uva
25/08	5ª feira	Melancia Suco: pitanga	Arroz; feijão; carne moída c/ inhame e agrião Suco: laranja	Morango Suco: kiwi	Arroz; feijão; peixe; purê de abóbora Suco: tangerina
26/08	6ª feira	Pera Suco: laranja c/ acerola	Arroz; feijão; frango c/ chuchu e cenoura Suco: limão c/ couve	Trinca de frutas Suco: maracujá	Caldo verde c/ carne moída Suco: graviola
29/08	2ª feira	Melancia Suco: mamão c/ limão	Arroz; feijão; bife de panela; abobrinha refogada Suco: abacaxi	Melão Suco: uva	Galinhada Feijão c/ abóbora Suco: pêssego
30/08	3ª feira	Abacate Suco: caju	Arroz; feijão c/ abóbora; frango, chuchu refogada; couve refogada Suco: manga	Mexerica Suco: acerola	Risoto de carne c/ tomate; beterraba cozida Suco: kiwi
31/08	4ª feira	Mamão Suco: pitanga	Arroz; feijão; peixe cozido; purê de abóbora; cará cozido Suco: melão	Manga Suco: melancia	Arroz; feijão; frango desfiado; abobrinha refogada; baroa cozida Suco: maçã c/ limão

Wildemara Corrêa Sá
Nutricionista
CRN 1/DF - 4054