Creche Joãozinho e Maria

"Educação começa no berço e, é pra vida toda"

BERÇÁRIO (04 - 07 MESES)					
*******	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUITA	SEXTA
COLAÇÃO 08:15H	6 Mamada	6 Mamada	6 Mamada	6 Mamada	6 Mamada
LANCHE 09:30H	5 Mamão	5 Laranja	5 Banana	5 Maçã	5 Melancia
ALMOÇO 11:30H	1 Arroz 2 Feijão carioca 3 Quiabada (com músculo) 4 Batatinha e cenoura	1 Macarrão 2 Feijão preto 3 Carne ensopada 4 Couve-flor e cenoura	1 Arroz com cenoura 2 Feijão carioca 3 Carne moída 4 Chuchu e beterraba	1 Macarrão 2 Grão de bico 3 Omelete com legumes 4 Cenoura e batatinha	1 Arroz 2 Feijão carioca 3 Músculo 4 Cozido (banana da terra, batata doce, abóbora, chuchu cenoura e beterraba)
LANCHE 14:30H	5 Melão	5 Melancia	5 Tangerina	5 Pêra	5 Banana
JANTAR 16:30H	6 Sopa de ervilha com legumes (abobrinha e chuchu) + músculo	6 Mamada	6 Sopa de abóbora com espinafre e carne moída	6 Mamada	6 Consomê de feijão branco com frango e legumes (cenoura e chuchu)
CEIA 18:00H	6 Mamada	6 Mamada	6 Mamada	6 Mamada	6 Mamada

LEGENDA DOS GRUPOS ALIMENTARES OFERTADOS:

1 – CARBOIDRATOS
2 – LEGUMINOSAS
3 – PROTEÍNA
4 – LEGUMES E VERDURAS
5 – FRUTAS E/OU SUCOS
6 – MAMADAS E/OU SOPAS

→→→→**SUJEITO A ALTERAÇÕES**

CARDÁPIO 04-2019

Creche Joãozinho e Maria

"Educação começa no berço e, é pra vida toda"

BERÇÁRIO (08 - 11 MESES)					
*******	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUITA	SEXTA
COLAÇÃO 08:15H	6 Mamada	6 Mamada	6 Mamada	6 Mamada	6 Mamada
LANCHE 09:30H	5 Mamão	5 Laranja	5 Banana	5 Maçã	5 Melancia
ALMOÇO 11:30H	1 Arroz 2 Feijão carioca 3 Quiabada (com músculo) 4 Batatinha e cenoura	1 Macarrão 2 Feijão preto 3 Carne ensopada 4 Couve-flor e cenoura	1 Arroz com cenoura 2 Feijão carioca 3 Carne moída 4 Chuchu e beterraba	1 Macarrão 2 Grão de bico 3 Omelete com legumes 4 Cenoura e batatinha	1 Arroz 2 Feijão 3 Músculo 4 Cozido (banana da terra, batata doce, abóbora, chuchu
LANCHE 14:30H	5 Melão	5 Melancia	5 Tangerina	5 Pêra	5 Banana
JANTAR 16:30H	6 Sopa de ervilha com legumes (abobrinha e chuchu) + músculo	1 Macarrão 3 Carne ensopada 4 Couve-flor e cenoura	6 Sopa de abóbora com espinafre e carne moída	1 Macarrão 3 Omelete com legumes 4 Cenoura e batatinha	6 Consomê de feijão branco com frango e legumes (cenoura e chuchu)
CEIA 18:00H	6 Mamada	6 Mamada	6 Mamada	6 Mamada	6 Mamada

LEGENDA DOS GRUPOS ALIMENTARES OFERTADOS:

1 – CARBOIDRATOS
2 – LEGUMINOSAS
3 – PROTEÍNA
4 – LEGUMES E VERDURAS
5 – FRUTAS E/OU SUCOS
6 – MAMADAS E/OU SOPAS

→→→→**SUJEITO A ALTERAÇÕES**

CARDÁPIO 04-2019

Creche Joãozinho e Maria

"Educação começa no berço e, é pra vida toda"

GRUPO 1 e 2					
*******	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUITA	SEXTA
COLAÇÃO 08:15H	6 Mamada	6 Mamada	6 Mamada	6 Mamada	6 Mamada
LANCHE 09:30H	5 Mamão	5 Laranja	5 Banana	5 Maçã	5 Melancia
ALMOÇO 11:30H	1 Arroz 2 Feijão carioca 3 Quiabada (com músculo) 4 Batatinha e cenoura	1 Macarrão 2 Feijão preto 3 Carne ensopada 4 Couve-flor e cenoura	1 Arroz com cenoura 2 Feijão carioca 3 Carne moída 4 Suflê de legumes (beterraba, cenoura e chuchu)	1 Macarrão 2 Grão de bico 3 Omelete com legumes 4 Cenoura e batatinha	1 Arroz 2 Feijão 3 Músculo 4 Cozido (banana da terra, batata doce, abóbora e chuchu)
SOBREMESA	5 Laranja	5 Melão	5 Maçã	5 Melancia	5 Pêra
LANCHE 14:30H	5 Melão	5 Melancia	5 Tangerina	5 Pêra	5 Banana com aveia
JANTAR 16:30H	6 Sopa de ervilha com legumes (abobrinha e chuchu), músculo + torradas	1 Macarrão 3 Carne ensopada 4 Couve-flor e cenoura	6 Sopa de abóbora com espinafre e carne moída+ torradas	1 Macarrão 3 Omelete com legumes 4 Cenoura e batatinha	6 Consomê de feijão branco com frango e legumes (cenoura e chuchu) + torradas
CEIA 18:00H	6 Mamada	6 Mamada	6 Mamada	6 Mamada	6 Mamada

LEGENDA DOS GRUPOS ALIMENTARES OFERTADOS:

1 – CARBOIDRATOS 2 – LEGUMINOSAS

3 – PROTEÍNA 4 – LEGUMES E VERDURAS

5 – FRUTAS E/OU SUCOS 6 – MAMADAS E/OU SOPAS

→→→→**SUJEITO A ALTERAÇÕES** **CARDÁPIO 04-2019**

Creche Joãozinho e Maria

"Educação começa no berço e, é pra vida toda"

GRUPOS 3 A 6					
*******	**SEGUNDA**	**TERÇA**	**QUARTA**	**QUITA**	**SEXTA**
LANCHE 09:30H	5 Mamão	5 Laranja	5 Banana	5 Maçã	5 Melancia
ALMOÇO 12:00H	1 Arroz 2 Feijão carioca 3 Quiabada (com músculo) 4 Batatinha e cenoura	1 Macarrão 2 Feijão preto 3 Carne ensopada 4 Couve-flor e cenoura	1 Arroz com cenoura 2 Feijão carioca 3 Carne moída 4 Suflê de legumes (beterraba, cenoura e chuchu)	1 Macarrão 2 Grão de bico 3 Omelete com legumes 4 Cenoura e batatinha	1 Arroz 2 Feijão 3 Músculo 4 Cozido (banana da terra, batata doce, abóbora e chuchu, cenoura e beterraba)
SOBREMESA	5 Laranja	5 Melão	5 Maçã	5 Melancia	5 Pêra
LANCHE 15:00H	5 Suco de Maracujá 1 Bolo de banana	5 Melancia	5 Suco de goiaba 1 Pipoca	5 Pêra	5 Suco de manga 1 Bolo de cenoura
JANTAR 17:00H	6 Sopa de ervilha com legumes (abobrinha e chuchu), músculo + torradas	1 Macarrão 3 Carne ensopada 4 Couve-flor e cenoura	6 Sopa de abóbora com espinafre e carne moída+ torradas	1 Macarrão 3 Omelete com legumes 4 Cenoura e batatinha	6 Consomê de feijão branco com frango e legumes (cenoura e chuchu) + torradas

LEGENDA DOS GRUPOS ALIMENTARES OFERTADOS:

1 – CARBOIDRATOS 2 – LEGUMINOSAS

3 – PROTEÍNA 4 – LEGUMES E VERDURAS

5 – FRUTAS E/OU SUCOS 6 – MAMADAS E/OU SOPAS

→→→→**SUJEITO A ALTERAÇÕES**

CARDÁPIO 04-2019

OBSERVAÇÕES

- As crianças que consumirem as farinhas engrossantes (Mucilon, Neston e etc.) devem recebê-las na mamada.
- As crianças que estiverem na instituição após as 18:00h deverão receber uma mamada nesse horário **desde que avisada em diário a permanência da criança na Joãozinho e Maria.**
- Opções de folhas verdes: couve manteiga, espinafre, agrião, alface e acelga.
- Crianças com Intolerância a Lactose ou Alergia a Proteína do Leite de Vaca (APLV), receberão mamada com seu leite específico, que deverá ser trazido de casa. Não serão oferecidos biscoitos e outros produtos industrializados, sendo substituídos por frutas ou outros alimentos que não apresentam leite de vaca.
- Crianças alérgicas a ovo consumirão arroz nos dias em que houver macarrão no cardápio.
- No caso de crianças com intolerância ao glúten, não serão oferecidos alimentos contenham trigo, aveia, cevada e centeio, sendo substituídos por frutas ou alimentos isento desses cereais.
- Para as crianças do Berçário (4 a 11 meses) as frutas serão oferecidas amassadas ou pedaços pequenos.
- Para as crianças de 1 a 3 anos as frutas serão oferecidas em fatias ou pedaços.
- Para as crianças de 4 a 6 anos as frutas serão oferecidas em pedaços ou inteira.