

CARDÁPIO SEMANAL PARCIAL - Manhã

BERÇÁRIO (> 6 Meses)

REFEIÇÕES	SEGUNDA-FEIRA 31/03/2024	TERÇA-FEIRA 01/04/2025	QUARTA-FEIRA 02/04/2025	QUINTA-FEIRA 03/04/2025	SEXTA-FEIRA 04/04/2025
CAFÉ DA MANHÃ (berçário)	- Leite puro ou Fruta	- Leite puro ou Fruta	- Leite puro ou Fruta	- Leite puro ou Fruta	- Leite puro ou Fruta
COLAÇÃO	- Fruta	- Fruta	- Fruta	- Fruta	- Fruta
ALMOÇO	- Arroz - Carne moída* - Legumes cozidos.	- Arroz - Feijão cozido c/ lentilha - Carne Suína cozida** - Mandioca cozida . - Legumes cozidos.	- Arroz - Feijão - Coxa/Sobrecoxa (c/ Osso) cozida desfiada c/ grão de bico - Legumes cozidos.	- Arroz - Feijão Filé de Peito de Frango refogado c/ ervilha, - Legumes cozidos.	- Arroz - Feijão - Carne moída - Legumes cozidos.

* Amassar bem a carne moída para que não fiquem pelotas grandes

** Desfiar muito bem as carnes

CARDÁPIO SEMANAL PARCIAL - Manhã
BERÇÁRIO (> 6 Meses)

REFEIÇÕES	SEGUNDA-FEIRA 07/04/2025	TERÇA-FEIRA 08/04/2025	QUARTA-FEIRA 09/04/2025	QUINTA-FEIRA 10/04/2025	SEXTA-FEIRA 11/04/2025
CAFÉ DA MANHÃ (berçário)	- Leite puro ou Fruta	- Leite puro ou Fruta	- Leite puro ou Fruta	- Leite puro ou Fruta	- Leite puro ou Fruta
COLAÇÃO	- Frutas	- Frutas	- Frutas	- Frutas	- Fruta
ALMOÇO	- Arroz - Feijão - Ovo mexido* - Legumes cozidos.	- Arroz - Feijão - Carne cozida desfiada ** - Legumes cozidos.	- Arroz - Polenta - Carne Bovina Moída**. - Legumes cozidos.	- Arroz - Feijão - Filé de Peito de Frango picadinho desfiado** - Legumes cozidos.	- Arroz - Feijão cozido c/ lentilha - Carne Bovina (músculo) cozido desfiado** - Legumes cozidos.

* Picar em pedaços muito pequenos

** Desfiar muito bem as carnes

Nutricionistas responsáveis: Anaysa Borges Soares CRN8/15427, Adriela Albino Rydlewski Ito CRN 8/4846, Geovana Smiderle Hornburg, CRN 8/14299

CARDÁPIO SEMANAL PARCIAL - Manhã
BERÇÁRIO (> 6 Meses)

REFEIÇÕES	SEGUNDA-FEIRA 14/04/2025	TERÇA-FEIRA 15/04/2025	QUARTA-FEIRA 16/04/2025	QUINTA-FEIRA 17/04/2025	SEXTA-FEIRA 18/04/2025
CAFÉ DA MANHÃ (berçário)	- Leite puro ou Fruta	- Leite puro ou Fruta	- Leite puro ou Fruta	- Leite puro ou Fruta	FERIADO: Paixão de Cristo
COLAÇÃO	- Fruta	- Fruta	- Fruta	- Fruta	FERIADO: Paixão de Cristo
ALMOÇO	- Macarrão sem tempero - Carne Bovina Moída*. - Legumes cozidos.	- Arroz - Feijão cozido c/ ervilhas secas - Carne suína desfiada** - Legumes cozidos.	- Galinhada c/ Frango Coxa/Sobrecoxa (c/ osso) desfiada**. - Legumes cozidos.	- Arroz - Carne Bovina (Pacu da fraldinha) desfiada** - Legumes cozidos.	FERIADO: Paixão de Cristo

* Amassar bem a carne moída para que não fiquem pelotas grandes

** Desfiar muito bem as carnes

CARDÁPIO SEMANAL PARCIAL - Manhã
BERÇÁRIO (> 6 Meses) E MATERNAL I

REFEIÇÕES	SEGUNDA-FEIRA 21/04/2025	TERÇA-FEIRA 22/04/2025	QUARTA-FEIRA 23/04/2025	QUINTA-FEIRA 24/04/2025	SEXTA-FEIRA 25/04/2025
CAFÉ DA MANHÃ (berçário)	FERIADO: Tiradentes	- Leite puro ou Fruta	- Leite puro ou Fruta	- Leite puro ou Fruta	- Leite puro ou Fruta
COLAÇÃO	FERIADO: Tiradentes	- Frutas	- Frutas	- Frutas	- Fruta
ALMOÇO	FERIADO: Tiradentes	- Arroz cozido -Feijão -Ovos cozidos e amassados* - Legumes cozidos.	- Arroz - Feijão - Filé de Coxa/Sobrecoxa cozida e desfiada c/ Grão de Bico** - Legumes cozidos.	- Arroz - Feijão - Carne Bovina (Posta Vermelha) cozida e desfiada** - Mandioca cozida e amassada - Legumes cozidos.	- Arroz - Filé de Peito de Frango desfiado e picadinho.** - Legumes cozidos.

* Picar em pedaços muito pequenos

** Desfiar muito bem as carnes

Nutricionistas responsáveis: Anaysa Borges Soares CRN8/15427, Adriela Albino Rydlewski Ito CRN 8/4846, Geovana Smiderle Hornburg, CRN 8/14299

CARDÁPIO SEMANAL PARCIAL - Manhã
BERÇÁRIO (> 6 Meses)

REFEIÇÕES	SEGUNDA-FEIRA 28/04/2025	TERÇA-FEIRA 29/04/2025	QUARTA-FEIRA 30/04/2025	QUINTA-FEIRA 01/05/2025	SEXTA-FEIRA 02/05/2025
CAFÉ DA MANHÃ (berçário)	- Leite puro ou Fruta	- Leite puro ou Fruta	- Leite puro ou Fruta	FERIADO: Dia do Trabalho	Compensação de horas
COLAÇÃO	- Fruta	- Fruta	- Fruta	FERIADO: Dia do Trabalho	Compensação de horas
ALMOÇO	- Macarrão -Filé de Peito de Frango desfiado e picadinho.* - Legumes cozidos.	- Arroz - Feijão - Carne Bovina (Pacu) cozida e desfiada* - Legumes cozidos.	- Arroz - Feijão - Filé de coxa/ Sobrecoxa assadodesfiada e picadinha* - Legumes cozidos.	FERIADO: Dia do Trabalho	Compensação de horas

*Desfiar muito bem as carnes

- *Para matar a sede, ofereça água*

Água é um alimento essencial para hidratar a criança. Ela deve ser dada a partir do momento em que novos alimentos além do leite materno são incluídos na rotina da criança.

- *Comida da criança com consistência adequada*

No início, a criança deverá receber a comida amassada com garfo. Em seguida, deve-se evoluir para alimentos picados em pedaços pequenos, raspados ou desfiados, para que a criança aprenda a mastigá-los. Também podem ser oferecidos alimentos macios em pedaços grandes, para que ela pegue com a mão e leve à boca.

Não ofereça preparações líquidas e nem use liquidificador, mixer ou peneira. Se a criança continuar com a consistência líquida, terá dificuldade em aceitar alimentos mais sólidos no futuro, podendo apresentar engasgo e ânsia de vômito. Alimentos líquidos como sopas, sucos e caldos, por conterem mais água, fornecem menos energia e nutrientes do que a criança precisa. A consistência adequada é aquela que não escorre da colher, que é firme, que dá trabalho para mastigar, ajudando no desenvolvimento da face e dos ossos da cabeça, colaborando para a respiração adequada e o aprendizado da mastigação. As imagens na Figura 1 mostram exemplos de refeições com consistências diferentes por idade da criança.

- *A quantidade de alimentos oferecida aumenta com o tempo*

Quando a criança começa a comer outros alimentos, costuma aceitar pouca quantidade. É possível, ainda, que a criança apenas experimente os alimentos, pois tudo é novidade para ela. À medida que ela cresce e se desenvolve, essa quantidade aumenta gradativamente. É preciso respeitar o tempo e a individualidade da criança.

