

CARDÁPIO SEMANAL PARCIAL - Manhã- JULHO

BERÇÁRIO (> 6 Meses)

REFEIÇÕES	SEGUNDA-FEIRA 30/06/2025	TERÇA-FEIRA 01/07/2025	QUARTA-FEIRA 02/07/2025	QUINTA-FEIRA 03/07/2025	SEXTA-FEIRA 04/07/2025
CAFÉ DA MANHÃ	- 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	- Polenta - Carne moída* - Legumes cozidos.	- Arroz - Feijão -Coxa/Sobrecoxa picadinha - Legumes cozidos.	- Macarrão - Peito de frango cozido, desfiado e picado** - Legumes cozidos.	- Arroz - Feijão - Carne bovina (Posta Vermelha) cozida** - Legumes cozidos.	- Feijão cozido c/ lentilha - Carne Suína cozida** - Mandioca cozida . - 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 07/07/2025	TERÇA-FEIRA 08/07/2025	QUARTA-FEIRA 09/07/2025	QUINTA-FEIRA 10/07/2025	SEXTA-FEIRA 11/07/2025
CAFÉ DA MANHÃ (berçário)	- Leite puro ou Fruta	- Leite puro ou Fruta	- Leite puro ou Fruta	<u>CONSELHO DE CLASSE</u>	<u>RECESSO ESCOLAR</u>
COLAÇÃO	- Frutas	- Frutas	- Frutas	<u>CONSELHO DE CLASSE</u>	<u>RECESSO ESCOLAR</u>
ALMOÇO	-Macarrão cozido - Carne moída* - Legumes cozidos.	- Batata doce -Coxa/Sobrecoxa picadinha* - Legumes cozidos.	- Arroz - Feijão - Carne bovina (desfiada e picada)** - Legumes cozidos.	<u>CONSELHO DE CLASSE</u>	<u>RECESSO ESCOLAR</u>

* Picar em pedaços muito pequenos

** Desfiar muito bem as carnes

CARDÁPIO SEMANAL PARCIAL - Manhã
BERÇÁRIO (> 6 Meses)

REFEIÇÕES	SEGUNDA-FEIRA 14/07/2025	TERÇA-FEIRA 15/07/2025	QUARTA-FEIRA 16/07/2025	QUINTA-FEIRA 17/07/2025	SEXTA-FEIRA 18/07/2025
CAFÉ DA MANHÃ (berçário)	<u>RECESSO</u> <u>ESCOLAR</u>	<u>RECESSO</u> <u>ESCOLAR</u>	<u>RECESSO</u> <u>ESCOLAR</u>	<u>RECESSO</u> <u>ESCOLAR</u>	<u>RECESSO</u> <u>ESCOLAR</u>
COLAÇÃO	<u>RECESSO</u> <u>ESCOLAR</u>	<u>RECESSO</u> <u>ESCOLAR</u>	<u>RECESSO</u> <u>ESCOLAR</u>	<u>RECESSO</u> <u>ESCOLAR</u>	<u>RECESSO</u> <u>ESCOLAR</u>
ALMOÇO	<u>RECESSO</u> <u>ESCOLAR</u>	<u>RECESSO</u> <u>ESCOLAR</u>	<u>RECESSO</u> <u>ESCOLAR</u>	<u>RECESSO</u> <u>ESCOLAR</u>	<u>RECESSO</u> <u>ESCOLAR</u>

* 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 21/07/2025	TERÇA-FEIRA 22/07/2025	QUARTA-FEIRA 23/07/2025	QUINTA-FEIRA 24/07/2025	SEXTA-FEIRA 25/07/2025
CAFÉ DA MANHÃ	<u>ESTUDO E PLANEJAMENTO</u>	<u>ESTUDO E PLANEJAMENTO</u>	<u>ESTUDO E PLANEJAMENTO</u>	<u>ESTUDO E PLANEJAMENTO</u>	<u>REUNIÃO DE PAIS</u>
COLAÇÃO	<u>ESTUDO E PLANEJAMENTO</u>	<u>ESTUDO E PLANEJAMENTO</u>	<u>ESTUDO E PLANEJAMENTO</u>	<u>ESTUDO E PLANEJAMENTO</u>	<u>REUNIÃO DE PAIS</u>
ALMOÇO	<u>ESTUDO E PLANEJAMENTO</u>	<u>ESTUDO E PLANEJAMENTO</u>	<u>ESTUDO E PLANEJAMENTO</u>	<u>ESTUDO E PLANEJAMENTO</u>	<u>REUNIÃO DE PAIS</u>

* Picar em pedaços muito pequenos

** Desfiar muito bem as carnes

CARDÁPIO SEMANAL PARCIAL - Manhã

BERÇÁRIO (> 6 Meses)

REFEIÇÕES	SEGUNDA-FEIRA 28/07/2025	TERÇA-FEIRA 29/07/2025	QUARTA-FEIRA 30/07/2025	QUINTA-FEIRA 31/07/2025	SEXTA-FEIRA 01/08/2025
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.	- Mandioca cozida e amassada - Feijão Carne bovina (Posta Vermelha) cozida** - Legumes cozidos.	- Feijão - Batata doce - Coxa e sobrecoxa desfiada** - Legumes cozidos.	-Macarrão - Feijão - Carne moída - Legumes cozidos.	- Arroz - Feijão - Carne Suína cozida** - Legumes cozidos.

* Picar em pedaços muito pequenos

** Desfiar muito bem as carnes

A água é essencial para hidratar a criança. Ela deve ser oferecida ao longo do dia, a partir do momento em que novos alimentos são incluídos na rotina da criança, além do leite materno ou fórmula infantil.

Comida da criança com consistência adequada

No início da introdução alimentar até o sétimo mês aproximadamente, a criança deverá receber a comida muito bem amassada com garfo. A partir do oitavo mês, deve-se evoluir para alimentos menos amassados, raspados ou desfiados, para que a criança aprenda a mastigá-los, porém que esteja seguro para ela. Não ofereça preparações líquidas e nem use liquidificador ou peneira. Deve-se usar processador para triturar as carnes como coxão duro, carne de porco e frango. A criança não deve receber alimentos de consistência líquida, pois terá dificuldade em aceitar alimentos mais sólidos no futuro, podendo apresentar engasgo e ânsia de vômito. Além disso, alimentos líquidos como sopas, sucos e caldos, por conterem mais água, fornecem menos energia e menos nutrientes do que a criança precisa para seu crescimento e desenvolvimento plenos. A consistência adequada é aquela que não escorre da colher, que é firme, que dá trabalho para mastigar, ajudando assim, 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 Introdução Alimentar, é comum que ela aceite pouca quantidade de alimento. 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 de cada criança.

