



PREFEITURA DE NOVA TRENTO
Secretaria Municipal de Educação
CARDÁPIO BERÇÁRIO – MARÇO / 2023



Semana: 01/03 a 03/03 – 13/03 a 17/03 – 27/03 a 31/03

Refeição	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
07:00	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil
8:30 Lanche manhã	Melão	Abacate com suco de laranja lima	Banana	Mamão	Pera
10:30 Almoço	Minestra (carne bovina, cenoura, chuchu, arroz, feijão) Brócolis cozido Laranja cortada em cubos pequenos	Arroz, lentilha c/ cenoura Frango grelhado em cubos Repolho roxo refogado Pepino	Carne moída ensopada Polenta Alface/Cenoura cozida	Arroz, feijão Filé de peixe ensopado Jardineira de legumes (cenoura, couve-flor, abobrinha) Acelga	Sopa (frango, aletria, cenoura, chuchu, abobrinha)
13:00 Lanche 1	Melancia	Maçã cozida	Laranja	Banana	Mamão
14:30 Lanche 2	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil
16:00 Janta	Arroz Batata cozida Carne moída refogada Tomate /Pepino	Arroz, batata doce assada Frango ensopado Alface	Arroz, feijão, ovos mexidos, legumes refogados (cenoura, abobrinha, tomate, cebola, temp verde). Espinafre	Macarrão, carne moída Legumes refogados (couve-flor, brócolis, cenoura) Tomate	Arroz, feijão Frango xadrez Abóbora quibebe Alface/ beterraba cozida

Semana: 06/03 a 10/03 – 20/03 a 24/03

Refeição	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
07:00	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil
8:30 Lanche manhã	Maçã cozida	Melão	Banana	Morango	Mamão com laranja
10:30 Almoço	Arroz, carne moída ensopada Purê de batata Abobrinha	Arroz, feijão Peixe grelhado Repolho/ Cenoura cozida	Macarrão, frango moído Chuchu/Beterraba ral.	Polenta Carne moída ensopada Brócolis/Alface	Arroz, feijão Ovo mexido Cenoura cozida c/ tempero verde Beterraba ralada
13:00 Lanche 1	Abacate	Banana	Laranja lima e mamão	Morango	Maçã cozida
14:30 Lanche 2	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil
16:00 Janta	Arroz, feijão, carne moída refogada com brócolis Laranja cortada em cubos pequenos Tomate/Pepino	Arroz, frango moído ensopado Aipim cozido Pepino/Beterraba cozida	Minestra c/ carne moída e legumes (cenoura, couve-flor, abobrinha) Alface	Arroz, lentilha Frango refogado legumes (cenoura ralada, abobrinha ralada, tomate) Cenoura refogada Berinjela cozida	Sopa (picadinho, cenoura, batata, chuchu, arroz)

* Macarrão (ave maria ou aletria)

Obs1. As frutas e as verduras poderão ser substituídas conforme a época, a disponibilidade das mesmas e a produção da horta.

Obs2. Quando houver fruta no cardápio, esta será oferecida primeira.

Obs3. Todas as preparações serão preparadas sem açúcar.

Obs4. Crianças de 6 a 8 meses: os alimentos são bem cozidos e amassados com um garfo, é proibido liquidificar, com exceção de laudo médico. As carnes desfiadas também serão cortadas.

Obs5. Crianças de 8 a 11 meses. Os legumes serão oferecidos em pedaços bem macios conforme a aceitação e as carnes continuam sendo desfiadas e cortadas.

Carolina Sardá Estuqui
Nutricionista – CRN10 0661