

Cardápio Janeiro (20 a 24 de Janeiro)

Berçário

Refeição	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Colação	Maçã	Pera	Mamão	Banana	Pera
Almoço	Carne moída com batata + saladinha de chuchu + arroz + feijão	Frango com aipim e agrião + beterraba + arroz + feijão	Picadinho de carne com chuchu + purê de inhame + arroz + feijão Carioquinha	Gema de Ovo + purê de batata doce + quiabo arroz + feijão enriquecido com bortalha	Peixe + Legumes com Quinoa (batata + abóbora + couve-flor +Quinoa) +arroz + feijão Mulatinho
Sobremesa	Pera	Abacate	Banana	Maça	Pera
Lanche	Leite +Papa de frutas	Leite +Papa de frutas	Leite +Papa de frutas	Leite +Papa de frutas	Leite +Papa de frutas
Janta	Carne moída com inhame + berinjela + arroz + feijão	Picadinho de frango com batata + repolho roxo + arroz + feijão enriquecido com couve	Carne desfiada com batata + abobrinha + arroz + feijão	Picadinho de frango + purê de batata Baroa + + vagem + arroz + feijão	Sopa de frango com legumes (frango + batata + cenoura + chuchu + espinafre + massinha)
Sobremesa	Banana	Maçã	Pera	Salada de frutas	Abacate

OBS: 1) No Lanche, o cereal e o leite são opcionais, ou seja, de acordo com o pediatra.

2) No Lanche, para as crianças que não comem cereal (farinha) serão oferecidos leite Permitido + fruta. As crianças que não consomem biscoitos, será oferecido fruta + leite permitido. Para as crianças que não consomem leite de vaca, o leite permitido deverá ser enviado pelos pais, com a quantidade a ser usada



diariamente.

3) A consistência dos alimentos será de acordo com a idade. Para as crianças que não consomem ovo/gema/ peixe, será oferecido frango em substituição.

4) O Purê de legumes será realizado sem leite. Legumes/ Verduras e frutas sujeitas a alteração, de acordo com a disponibilidade/ maturação.

Papa de Frutas: Segunda: Banana + Maçã /Terça: Mamão com banana / Quarta: Banana com pera / Quinta: maçã com pera / Sexta: Salada de frutas com chia



UNIDADE
Rua Alvares de Azevedo
contato@crechelepetit.com.br
(21) 3674-2297

UNIDADE
Cinco de Julho
contato2@crechelepetit.com.br
(21) 3617-4697