Cardápio do mês de Outubro de 2025 dos alunos menores  de 01 ano

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Refeição |  |  | Quarta – 01 | Quinta – 02 | Sexta - 03 |
| Lanche |  |  | Fruta e Papa de Fruta | Fruta e Papa de fruta | Fruta e Papa de fruta |
| Almoço |  |  | Arroz.  cenoura e abobrinha  carne de frango  feijão e caldo de feijão | Macarrão Espaguete. Molho de tomate. Carne bovina.  Beterraba e batatinha.  Feijão, caldo de feijão | Arroz.  Cenoura e couve flor.  Carne de frango  feijão e caldo de feijão |
| Refeição | Segunda - 06 | Terça – 07 | Quarta – 08 | Quinta – 09 | Sexta – 10 |
| Lanche | Fruta e Papa de Fruta | Fruta e Papa de fruta | Fruta e Papa de fruta | Fruta e Papa de fruta | Fruta e Papa de fruta |
| Almoço | Arroz de carreteiro. Farofa com ovos e couve. Cabotiá e chuchu.  Feijão e caldo de feijão | Arroz. Escondidinho de frango com batatinha.  Beterraba e brócolis  feijão e caldo de feijão | Arroz.   Creme de milho  Carne bovina  Batata doce, cabotiá  feijão e caldo de feijão | Arroz. farofa simples c/ ovos.  Carne de Frango  Beterraba, chuchu, batata  feijão e caldo de feijão | Macarrão ninho.  carne bovina  brócolis e cabotiá  Feijão e caldo de feijão |
| Refeição | Segunda – 13 | Terça – 14 | Quarta – 15 | Quinta – 16 | Sexta – 17 |
| Lanche | Fruta e Papa de Fruta | Fruta e Papa de fruta | Fruta e Papa de fruta | Fruta e Papa de fruta | Fruta e Papa de fruta |
| Almoço | Risoto de frango. farofa de linguiça de frango e couve. cenoura, batata  Feijão e caldo de feijão. | Arroz. Panqueca simples Carne bovina.  Beterraba e couve flor.  Feijão e caldo de feijão | Fricassê de frango.  Purê de batatas.  Cenoura e abobrinha.  Feijão e caldo de feijão | Arroz,  Carne bovina com mandioca. Beterraba e couve flor  Feijão e Caldo de feijão | Jardineira com cenoura, brócolis e couve flor.  Carne de Frango.  Feijão e caldo de feijão |
| Refeição | Segunda – 20 | Terça - 21 | Quarta -  22 | Quinta - 23 | Sexta- 24 |
| Lanches | Fruta e Papa de Fruta | Fruta e Papa de fruta | Fruta e Papa de fruta | Fruta e Papa de fruta | Fruta e Papa de fruta |
| Almoço | Arroz.  Estrogonofe de carne, abóbora, batata doce.  Feijão e caldo de feijão | Arroz,  carne de frango.  Batatinha e beterraba.  Feijão e caldo de feijão | Arroz.  purê de abóbora.  Carne bovina.  Batata doce cozida.  Feijão e caldo de feijão | Arroz.  Carne de Frango.  Batata, beterraba e brócolis.  Feijão e caldo de feijão | Lasanha. Molho branco e vermelho.  Carne bovina.  Abóbora e beterraba  Feijão e caldo de feião |
| Refeição | Segunda – 27 | Terça – 28 | Quarta - 29 | Quinta - 30 | Sexta - 31 |
| Lanche | Fruta e Papa de Fruta | Fruta e Papa de fruta | Fruta e Papa de fruta | Fruta e Papa de fruta | Fruta e Papa de fruta |
| Almoço | Arroz.  carne de frango.  Cenoura e beterraba  Feijão e caldo de feijão | Arroz.  Panqueca simples, Carne bovina  Beterraba e couve flor  Feijão e caldo de feijão | Arroz.  Carne de frango.  cenoura e abobrinha  Feijão e caldo de Feijão | Arroz, farofa de ovos e cenoura. batatinha  Carne Bovina  Feijão e caldo de feijão . | Macarrão ninho.  Carne de frango.  Brócolis e cenoura.  Feijão e Caldo de feijão |

|  |
| --- |
| **Nota:** 6 a 8 meses: Fruta e sopa amassadas.  9 a 12 meses; fruta picada e sopa normal, bem cozida. |

Alimentação

Adequada

da Criança

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | Idade | Tipo de Alimento | Não oferecer |
| Até  Completar   6 meses | Aleitamento materno  Ou Mamadeira  ou orientação pediatra |  |
|  | Aos  6  Meses  Completo | Leite Materno/ mamadeira  Papa da fruta  Papa salgada de legumes **PROCESSADA/amassada**   Caldo da carne   Caldo de feijão | Chocolate  Frutas ácidas  Ovos  Preparações com ovos  Pipoca  Presunto  Refrigerantes  Salsicha |
|  | 7 meses | Leite Materno/ mamadeira  Papa da fruta  Papa salgada de legumes **AMASSADA**  Caldo de carne   Caldo de feijão |
|  | 8 meses  a  1 ano | Leite Materno ou mamadeira  Fruta   Comida salgada  **NORMAL, bem cozida**  Carne magra  Feijão/Caldo de feijão.  Semelhante à comida da família. | Chocolate  Gelatina  Refrigerantes  Pipoca  Presunto  Salsicha |
| 61 melhor ideia de Refeições prontas | receitas saudáveis, almoços  saudáveis, receitas | A partir de  1 ano | Comida da família |  |