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 abobrinhacarne de frangofeijão 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 frangofeijão 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 milhoCarne bovinaBatata 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 bovinabrócolis 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, batataFeijão 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 bovinaBeterraba 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 maternoOu Mamadeiraou orientação pediatra |  |
|  | Aos 6  MesesCompleto | Leite Materno/ mamadeiraPapa da fruta Papa salgada de legumes **PROCESSADA/amassada** Caldo da carne Caldo de feijão | ChocolateFrutas ácidas OvosPreparações com ovosPipocaPresuntoRefrigerantesSalsicha   |
|  | 7 meses  | Leite Materno/ mamadeiraPapa da fruta Papa salgada de legumes **AMASSADA**Caldo de carne Caldo de feijão  |
|  | 8 meses a 1 ano | Leite Materno ou mamadeiraFruta   Comida salgada**NORMAL, bem cozida**Carne magraFeijão/Caldo de feijão.Semelhante à comida da família. | Chocolate GelatinaRefrigerantesPipocaPresuntoSalsicha |
| 61 melhor ideia de Refeições prontas | receitas saudáveis, almoços  saudáveis, receitas | A partir de 1 ano  | Comida da família  |  |