



# CARDÁPIO BERÇÁRIO

## (02/08 A 31/08)

SEMANAS		SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
02 A 06	LANCHE DA MANHÃ	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação
	ALMOÇO	Quinoa, feijão carioca, ovos cozidos (carne moída como opção), abóbora assada, cenoura no vapor e saladinha de alface mimosa	Arroz integral com brócolis, feijão branco, frango desfiado, chuchu cozido, vagem refogada e agrião	Feijoadilha com carne desfiada, polentinha, couve manteiga refogada, batata e pepino raladinho	Sopinha de macarrão com frango desfiado, lentilha, couve-flor, mandioquinha e rúcula	Batata doce, feijão carioca, carne moída, beterraba cozida e repolho colorido
	LANCHE DA TARDE	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação
	JANTAR	Creminho com cebolinha	Creminho com vagem	Creminho com erva-doce	Creminho com grão de bico	Creminho com alho poró



Dra. *Beatriz M. Tabith*  
Nutricionista  
CRN4-34407

Cardápio desenvolvido pela NUTRIESCOLAR Assessoria Nutricional, direcionado para crianças do berçário, presentes na Escola Higienópolis.





# CARDÁPIO BERÇÁRIO

## (02/08 A 31/08)

SEMANAS		SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
09 A 13	LANCHE DA MANHÃ	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação
	ALMOÇO	Arroz branco, feijão carioca, carne desfiada, cenoura cozida, abobrinha refogada e ameirão	Arroz integral, strogonoffinho de frango desfiado baby (somente com molho de tomate natural), batata cozida, cebola refogada e chicória	Quinoa, feijão preto, carne desfiada, mandioca cozida, berinjela refogada e escarola	Sopinha de macarrão com carne moída, ervilhas, beterraba cozida, vagem refogada e agrião	Arroz integral, feijão carioca, frango desfiado, pimentão amarelo cozido, batata doce e brócolis
	LANCHE DA TARDE	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação
	JANTAR	Creminho com ervilhas	Creminho com orégano	Creminho com manjericão	Creminho com fava	Creminho com salsinha



Dra. Beatriz M. Tabith  
Nutricionista  
CRN4-34407

Cardápio desenvolvido pela NUTRIESCOLAR Assessoria Nutricional, direcionado para crianças do berçário, presentes na Escola Higienópolis.





# CARDÁPIO BERÇÁRIO

## (02/08 A 31/08)

SEMANAS		SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
16 A 20	LANCHE DA MANHÃ	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação
	ALMOÇO	Polentinha, feijão carioca, ovos mexidos (carne moída como opção), mandioquinha cozida, ceboura refogada e brócolis	Arroz integral, feijão branco, frango desfiado, berinjela refogada, batata cozida e repolho colorido	Feijoadina com carne desfiada, arroz branco, pepino raladinho, abobrinha refogada e folha de mostarda	Sopinha de macarrão com frango desfiado, feijão branco, beterraba cozida, berinjela refogada e escarola	Arroz integral, feijão carioca, carne desfiada, abóbora cozida, pimentão amarelo refogado e catalonha
	LANCHE DA TARDE	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação
	JANTAR	Creminho com erva-doce	Creminho com vagem	Creminho com salsa	Creminho com lentilha	Creminho com alecrim



Dra. Beatriz M. Tabith  
Nutricionista  
CRN4-34407

Cardápio desenvolvido pela NUTRIESCOLAR Assessoria Nutricional,  
direcionado para crianças do berçário, presentes na Escola Higienópolis.





# CARDÁPIO BERÇÁRIO

## (02/08 A 31/08)

SEMANAS		SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
23 A 27	LANCHE DA MANHÃ	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação
	ALMOÇO	Quinoa, grão de bico, frango desfiado, batata cozida, cebola refogada e alface	Arroz integral, lentilha, bifinhos de fígado em pedacinhos, cará cozido, vagem refogada e espinafre	Arroz branco, feijão preto com abóbora, frango desfiado, abobrinha refogada, mandioquinha cozida e escarola	Sopinha de macarrão com carne moída, fava, cenoura cozida, beterraba refogada e acelga	Arroz integral, feijão carioca, frango desfiado, inhame cozido, pepino raladinho e brócolis
	LANCHE DA TARDE	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação
	JANTAR	Creminho com coentro	Creminho com salsa	Creminho com chicória	Creminho com ervilhas	Creminho com cebolinha



Dra. *Beatriz M. Tabith*  
Nutricionista  
CRN4-34407

Cardápio desenvolvido pela NUTRIESCOLAR Assessoria Nutricional, direcionado para crianças do berçário, presentes na Escola Higienópolis.





# CARDÁPIO BERÇÁRIO

## (02/08 A 31/08)

SEMANAS		SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
30 E 31	LANCHE DA MANHÃ	Fruta da estação	Fruta da estação	SETEMBRO		
	ALMOÇO	Beterraba, feijão carioca, ovos cozidos (frango desfiado como opção), batata doce cozida e escarola	Arroz integral, strogonoffinho de carne baby (somente com molho de tomate natural), batata assada, cenoura refogada e chicória			
	LANCHE DA TARDE	Fruta da estação	Fruta da estação			
	JANTAR	Creminho com tomilho	Creminho com salsa			



Dra. *Beatriz M. Tabith*  
Nutricionista  
CRN4-34407

Cardápio desenvolvido pela NUTRIESCOLAR Assessoria Nutricional,  
direcionado para crianças do berçário, presentes na Escola Higienópolis.

