



# CARDÁPIO BERÇÁRIO

## (01/08 A 31/08)

SEMANAS		SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
01 A 05/08	LANCHE DA MANHÃ	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação
	ALMOÇO	Arroz roxinho, feijão carioca, carne moída, beterraba cozida e alho poró	Arroz integral, feijão branco, frango ensopado em pedacinhos, espinafre refogado e pimentão amarelo raladinho	Arroz integral, feijão preto, carne assada desfiada, cenoura refogada e agrião	Macarrão na manteiga, ervilhas, frango desfiado, abobrinha refogada e chicória	Batata amassadinha, feijão carioca, bifeinhos acebolados picadinhos, pepino ralado e catalonha
	LANCHE DA TARDE	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação
	JANTAR	Creminho com cebolinha	Creminho com catalonha	Creminho com manjeriço	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

## (01/08 A 31/08)

SEMANAS		SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
08 A 12/08	LANCHE DA MANHÃ	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação
	ALMOÇO	Quinoa, feijão preto, carne moída, abóbora cozida e repolho	Arroz branco, feijão carioca, frango desfiado, couve-flor cozida e rúcula	"Feijoadinha" com carne desfiada, arroz branco, farofinha de aveia, couve manteiga refogada e pimentão amarelo picadinho	Sopinha de macarrão argolinha com feijão, frango em pedacinhos, cenoura e brócolis	Arroz roxinho, feijão carioca, carne desfiada, beterraba cozida e escarola
	LANCHE DA TARDE	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação
	JANTAR	Creminho com brócolis	Creminho com salsa	Creminho com chicória	Creminho com ervilhas	Creminho com rúcula



  
 Dra. Beatriz M. Tabith  
 Nutricionista  
 CRN4-34407

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





# CARDÁPIO BERÇÁRIO

## (01/08 A 31/08)

SEMANAS		SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
15 A 19/08	LANCHE DA MANHÃ	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação
	ALMOÇO	Arroz branco, lentilha, frango grelhado em pedacinhos, abobrinha refogada e acelga	Arroz integral, feijão carioca, escondidinho de carne, couve-flor cozida e alface mimosa	Arroz branco, feijão preto, ovos estalados, espinafre refogado e vinagretinho	Sopinha de legumes com carne em pedacinhos, vagem e brócolis	Arroz branco, feijão preto, frango desfiado, vagem refogada e saladinha variada
	LANCHE DA TARDE	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação
	JANTAR	Creminho com vagem	Creminho com brócolis	Creminho com folha de mostarda	Creminho com cebolinha	Creminho com almeirão



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

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





# CARDÁPIO BERÇÁRIO

## (01/08 A 31/08)

SEMANAS		SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
22 A 26/08	LANCHE DA MANHÃ	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação
	ALMOÇO	Arroz integral, feijão carioca, carne grelhada em pedacinhos, chuchu cozido e espinafre	Arroz branco com cenoura, feijão branco, carne moída, batata cozida e escarola	Quinoa, feijão carioca, frango desfiado, berinjela refogada e agrião	Sopinha de macarrão argolinha com mandioquinha, grão de bico, beterraba e cebolinha	Arroz branco, feijão carioca, carne de panela em pedacinhos, abóbora cozida, pepino raladinho e rúcula
	LANCHE DA TARDE	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação
	JANTAR	Creminho com alecrim	Creminho com salsão	Creminho com manjericão	Creminho com chicória	Creminho com coentro



  
 Dra. Beatriz M. Tabith  
 Nutricionista  
 CRN 34407

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





# CARDÁPIO BERÇÁRIO

## (01/08 A 31/08)

SEMANAS		SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
29 A 31/08	LANCHE DA MANHÃ	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação	<b>SETEMBRO</b>	
	ALMOÇO	Ovos mexidos (frango desfiado como opção), arroz branco, feijão rajado, cenoura refogada e agrião	Arroz integral, feijão carioca, carne em pedacinhos, batata assada com alecrim e cebolinha	Arroz branco, feijão preto, frango desfiado, chuchu cozido e catalonha		
	LANCHE DA TARDE	Fruta da estação	Fruta da estação	Fruta da estação		
	JANTAR	Creminho com erva doce	Creminho com salsinha	Creminho com fava		



  
 Dra. Beatriz M. Tabith  
 Nutricionista  
 CRN 34407

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

