

CARDÁPIO: BERÇÁRIO I - TURNO INTEGRAL

(70% das necessidades nutricionais diárias)

(Idade: De 6 meses até 11 meses e 29 dias)

IMPORTANTE!

Bebês menores de 6 meses devem receber **SOMENTE** Leite Materno ou Fórmula Infantil nº1.

A partir dos 6 meses ofertar Fórmula Infantil nº2/Leite Materno ou Leite em Pó/Leite UHT.

É importante consultar a família para saber qual leite a criança está recebendo em casa.

A partir dos 6 meses completos (com a idade corrigida para os prematuros) e quando apresentar **TODOS** os sinais de prontidão podemos iniciar a Introdução Alimentar.

Após dos 9 meses podem receber preparações, no entanto, na escola não é possível diferenciar o atendimento por faixa etária dentro da mesma turma, assim, até que passem para a turma de Berçário II seguirão recebendo somente alimentos in natura, sem qualquer prejuízo nutricional.

CONSISTÊNCIA DOS ALIMENTOS CONFORME A IDADE:

6 meses: carnes bem desfiadas, alimentos bem amassados, raspados e picados.

7 a 8 meses: carnes desfiadas, alimentos levemente amassados e picados.

9 a 11 meses: carnes desfiadas e demais alimentos cortados e picados.

CORTE CORRETO DAS FRUTAS:

Abacaxi, Banana, Mamão, Manga e Melão, Morango: Amassar.

Laranja: Picar em gomos pequenos, sem casca, sem sementes e sem bagaço.

Maçã: Raspar e/ou cortar em fatias finas, sem casca.

Bergamota: Não oferecer.

ATENÇÃO:

- OBRIGATÓRIO DEIXAR O FEIJÃO EM DEMOLHO POR, NO MÍNIMO, 24 HORAS;
- A INTRODUÇÃO ALIMENTAR DEVERÁ SER FEITA PELO MÉTODO TRADICIONAL;
- É PROIBIDO O USO DE SAL E DE AÇÚCAR;
- É PROIBIDO OFERECER SUCOS E PREPARAÇÕES;
- OFERECER OS ALIMENTOS SEPARADOS NO PRATO, NÃO LIQUIDIFICAR;
- REALIZAR O PREPARO DAS MAMADEIRAS DE ACORDO COM A DEMANDA;
- AS QUANTIDADES PREVISTA NESTE CARDÁPIO ATENDEM ÀS NECESSIDADES NUTRICIONAIS RECOMENDADAS PARA O PÚBLICO-ALVO, SENDO PERMITIDO O CONSUMO DE PORÇÕES ADICIONAIS, CONFORME DEMANDA E DISPONIBILIDADE;
- OBSERVAR A INDIVIDUALIDADE DE CADA ALUNO.

Segunda-feira		Terça-feira		Quarta-feira		Quinta-feira		Sexta-feira	
VCT: 438kcal Prot: 46g Lip.: 128g Carb.: 272g	Cálcio: 315mg Ferro: 5mg VitA:378mcg VitC: 67mg	VCT: 410kcal Prot: 42g Lip.: 130g Carb.: 243g	Cálcio: 304mg Ferro: 5mg VitA:356mcg VitC: 45mg	VCT: 400kcal Prot: 46g Lip.: 132g Carb.: 225g	Cálcio: 247mg Ferro: 5mg VitA:374mcg VitC: 98mg	VCT: 385kcal Prot: 44g Lip.: 127g Carb.: 218g	Cálcio: 324mg Ferro: 5mg VitA:360mcg VitC: 75mg	VCT: 412kcal Prot: 43g Lip.: 125g Carb.: 248g	Cálcio: 303mg Ferro: 5mg VitA:315mcg VitC: 79mg
VCT: 437kcal Prot: 45g Lip.: 135g Carb.: 263g	Cálcio: 338mg Ferro: 5mg VitA: 340mcg VitC: 58mg	VCT: 483kcal Prot: 50g Lip.: 143g Carb.: 300g	Cálcio: 330mg Ferro: 6mg VitA: 517mcg VitC: 58mg	VCT: 431kcal Prot: 50g Lip.: 140g Carb.: 245g	Cálcio: 365mg Ferro: 5mg VitA: 390mcg VitC: 87mg	VCT: 417kcal Prot: 46g Lip.: 140g Carb.: 235g	Cálcio: 333mg Ferro: 5mg VitA: 417mcg VitC: 53mg	VCT: 431kcal Prot: 46g Lip.: 140g Carb.: 255g	Cálcio: 354mg Ferro: 6mg VitA: 516mcg VitC: 144mg
VCT: 460kcal Prot: 47g Lip.: 138g Carb.: 281g	Cálcio: 337mg Ferro: 5,5mg VitA: 393mcg VitC: 71mg	VCT: 400kcal Prot: 44g Lip.: 134g Carb.: 222g	Cálcio: 321mg Ferro: 5,2mg VitA: 328mcg VitC: 47mg	VCT: 415kcal Prot: 40g Lip.: 128g Carb.: 250g	Cálcio: 346mg Ferro: 5mg VitA: 445mcg VitC: 99mg	VCT: 425kcal Prot: 45g Lip.: 138g Carb.: 247g	Cálcio: 349mg Ferro: 5,1mg VitA: 465mcg VitC: 144mg	VCT: 380kcal Prot: 38g Lip.: 132g Carb.: 213g	Cálcio: 340mg Ferro: 4,2mg VitA: 744mcg VitC: 84mg
VCT: 426kcal Prot: 43g Lip.: 132g Carb.: 257g	Cálcio: 344mg Ferro: 5,2mg VitA: 335mcg VitC: 80mg	VCT: 407kcal Prot: 46g Lip.: 135g Carb.: 228g	Cálcio: 344mg Ferro: 5,2mg VitA: 335mcg VitC: 80mg	VCT: 442kcal Prot: 49g Lip.: 142g Carb.: 257g	Cálcio: 354mg Ferro: 5,6mg VitA: 446mcg VitC: 147mg	VCT: 439kcal Prot: 46g Lip.: 135g Carb.: 264g	Cálcio: 333mg Ferro: 5,2mg VitA: 343mcg VitC: 104mg	VCT: 450kcal Prot: 47g Lip.: 137g Carb.: 274g	Cálcio: 327mg Ferro: 5,2mg VitA: 344mcg VitC: 61mg

CARDÁPIO: BERÇÁRIO I - TURNO INTEGRAL

AGOSTO-2026

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
180ml Fórmula Infantil ¼ unid.- Banana ----- ½ Col S- Arroz 1 Col S- Feijão P 1/6 Pd.- Omelete ao forno (Cenoura e Couve-flor) 1/8 unid.- Laranja ----- 180ml Fórmula Infantil ½ unid.- Banana	180ml Fórmula Infantil ¼ unid.- Maçã ----- ½ Col S- Arroz 1 Col S- Feijão C ½ Col S- Frango ¼ Col S- Abóbora ¼ Col S- Tomate ----- 180ml Fórmula Infantil ½ unid.- Maçã	180ml Fórmula Infantil 2 Col S- Mamão ----- 1 Col S- Massa c/ molho 1 Col S- Feijão P ½ Col S- Carne ¼ Col S- Chuchu c/ Ovo ½ Col S- Couve-flor ----- 180ml Fórmula Infantil 3 Col S- Mamão	180ml Fórmula Infantil 1/8 unid.- Laranja ----- ½ Col S- Arroz 1 Col S- Feijão P ½ Col S- Frango ¼ Col S- Cenoura ¼ Col S- Tomate ----- 180ml Fórmula Infantil ¼ unid.- Laranja	180ml Fórmula Infantil 2 Col S- Abacaxi ----- ½ Col S- Arroz 1 Col S- Feijão P ½ Col S- Carne ¼ Col S- Batata ¼ Col S- Chuchu ----- 180ml Fórmula Infantil 3 Col S- Abacaxi
Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
180ml Fórmula Infantil ¼ unid.- Maçã ----- ½ Col S- Arroz 1 Col S- Feijão P 1/6 unid.- Ovo cozido ¼ Col S- Beterraba 1/8 unid.- Laranja ----- 180ml Fórmula Infantil ½ unid.- Maçã	180ml Fórmula Infantil ¼ unid.- Banana ----- ½ Col S- Arroz 1 Col S- Feijão P ½ Col S- Frango ¼ Col S- Batata ¼ Col S- Repolho ----- 180ml Fórmula Infantil ½ unid.- Banana	180ml Fórmula Infantil 1/8 unid.- Laranja ----- ½ Col S- Massa c/ molho 1 Col S- Feijão P ½ Col S- Frango ½ Col S- Brócolis ½ Col S- Tomate ----- 180ml Fórmula Infantil ¼ unid.- Laranja	180ml Fórmula Infantil 2 Col S- Manga ----- ½ Col S- Arroz 1 Col S- Feijão P ½ Col S- Carne ¼ Col S- Repolho ¼ Col S- Tomate ----- 180ml Fórmula Infantil 3 Col S- Manga	180ml Fórmula Infantil 2 Col S- Mamão ----- ½ Col S- Arroz 1 Col S- Feijão P ½ Col S- Carne ¼ Col S- Batata Doce ¼ Col S- Beterraba ----- 180ml Fórmula Infantil 3 Col S- Mamão
Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
180ml Fórmula Infantil ¼ unid.- Banana ----- ½ Col S- Arroz 1 Col S- Feijão P 1/6 Pd.- Omelete ao forno (Cenoura e Couve-flor) 1/8 unid.- Laranja ----- 180ml Fórmula Infantil ½ unid.- Banana	180ml Fórmula Infantil 1/8 unid.- Maçã ----- ½ Col S- Arroz 1 Col S- Feijão P ½ Col S- Frango ¼ Col S- Chuchu c/ Ovo ½ Col S- Couve-flor ----- 180ml Fórmula Infantil ¼ unid.- Maçã	180ml Fórmula Infantil 2 Col S- Abacaxi ----- 1 Col S- Massa c/ molho 1 Col S- Feijão P ½ Col S- Carne ½ Col S- Cenoura ½ Col S- Tomate ----- 180ml Fórmula Infantil 4 Col S- Abacaxi	180ml Fórmula Infantil 1 Col S- Mamão ----- ½ Col S- Arroz 1 Col S- Feijão C ½ Col S- Carne ¼ Col S- Abóbora ½ Col S- Tomate ----- 180ml Fórmula Infantil 2 Col S- Mamão	180ml Fórmula Infantil 1/8 unid.- Laranja ----- 3 Col S- Sopa: - Macarrão e Frango com Abóbora, Batata, Chuchu Batata Doce e Cenoura ----- 180ml Fórmula Infantil ¼ unid.- Laranja
Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
180ml Fórmula Infantil ¼ unid.- Maçã ----- ½ Col S- Arroz 1 Col S- Feijão P 1/6 unid.- Ovo cozido ¼ Col S- Chuchu 1/8 unid.- Laranja ----- 180ml Fórmula Infantil ½ unid.- Maçã	180ml Fórmula Infantil 1/8 unid.- Laranja ----- ½ Col S- Arroz 1 Col S- Feijão P ½ Col S- Carne ¼ Col S- Batata ¼ Col S- Tomate ----- 180ml Fórmula Infantil ¼ unid.- Laranja	180ml Fórmula Infantil 1 Col S- Mamão ----- 1 Col S- Massa c/ molho 1 Col S- Feijão P ½ Col S- Frango ¼ Col S- Repolho ½ Col S- Tomate ----- 180ml Fórmula Infantil 2 Col S- Mamão	180ml Fórmula Infantil 2 Col S- Manga ----- ½ Col S- Arroz 1 Col S- Feijão P ½ Col S- Frango ¼ Col S- Batata ½ Col S- Brócolis ----- 180ml Fórmula Infantil 4 Col S- Manga	180ml Fórmula Infantil ¼ unid.- Banana ----- ½ Col S- Arroz 1 Col S- Feijão P ½ Col S- Carne ¼ Col S- Repolho ¼ Col S- Beterraba ----- 180ml Fórmula Infantil ½ unid.- Banana