

CARDÁPIO: BERÇÁRIO I - TURNO INTEGRAL

OUTUBRO DE 2026 (70% NND)

(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.

OFERTA DO CARDÁRIOO:

Café da Manhã = Fórmula Infantil ou Leite

Lanche da Manhã = Fruta

Almoço = Refeição salgada

Lanche da Tarde = Fruta

Café da Trde = Fórmula Infantil ou Leite

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: 445kcal Prot: 10g Lip.: 17g Carb.: 64g	Cálcio: 234mg Ferro: 3,8mg VitA: 362mcg VitC: 86mg	VCT: 420kcal Prot: 11g Lip.: 18g Carb.: 54g	Cálcio: 255mg Ferro: 3,98mg VitA: 410mcg VitC: 142mg	VCT: 462kcal Prot: 15g Lip.: 20g Carb.: 57g	Cálcio: 263mg Ferro: 4,7mg VitA: 370mcg VitC: 91mg	VCT: 412kcal Prot: 11g Lip.: 18g Carb.: 53g	Cálcio: 249mg Ferro: 3,8mg VitA: 259mcg VitC: 91mg	VCT: 452kcal Prot: 11g Lip.: 18g Carb.: 64g	Cálcio: 244mg Ferro: 3,6mg VitA: 396mcg VitC: 98mg
VCT: 450kcal Prot: 10g Lip.: 18g Carb.: 64g	Cálcio: 246mg Ferro: 3,9mg VitA: 365mcg VitC: 86mg	VCT: 425kcal Prot: 11g Lip.: 18g Carb.: 56g	Cálcio: 252mg Ferro: 3,9mg VitA: 391mcg VitC: 116mg	VCT: 465kcal Prot: 13g Lip.: 19g Carb.: 61g	Cálcio: 259mg Ferro: 4,5mg VitA: 392mcg VitC: 86mg	VCT: 440kcal Prot: 11g Lip.: 18g Carb.: 60g	Cálcio: 252mg Ferro: 3,9mg VitA: 427mcg VitC: 108mg	VCT: 465kcal Prot: 13g Lip.: 19g Carb.: 61g	Cálcio: 275mg Ferro: 4,2mg VitA: 369mcg VitC: 151mg
VCT: 521kcal Prot: 13g Lip.: 19g Carb.: 76g	Cálcio: 256mg Ferro: 4,4mg VitA: 395mcg VitC: 86mg	VCT: 433kcal Prot: 11g Lip.: 18g Carb.: 58g	Cálcio: 261mg Ferro: 3,9mg VitA: 482mcg VitC: 167mg	VCT: 455kcal Prot: 13g Lip.: 19g Carb.: 46g	Cálcio: 264mg Ferro: 4,5mg VitA: 388mcg VitC: 97mg	VCT: 430kcal Prot: 11g Lip.: 18g Carb.: 97g	Cálcio: 244mg Ferro: 3,9mg VitA: 425mcg VitC: 166mg	VCT: 470kcal Prot: 12g Lip.: 19g Carb.: 64g	Cálcio: 243mg Ferro: 4,2mg VitA: 420mcg VitC: 81mg
VCT: 490kcal Prot: 12g Lip.: 18g Carb.: 71g	Cálcio: 251mg Ferro: 4,1mg VitA: 380mcg Vit C: 92mg	VCT: 453kcal Prot: 11g Lip.: 18g Carb.: 64g	Cálcio: 246mg Ferro: 4,0mg VitA: 408mcg Vit C: 84mg	VCT: 457kcal Prot: 13g Lip.: 19g Carb.: 60g	Cálcio: 275mg Ferro: 4,5mg VitA: 442mcg Vit C: 103mg	VCT: 440kcal Prot: 12g Lip.: 19g Carb.: 54g	Cálcio: 252mg Ferro: 4,1mg VitA: 372mcg Vit C: 101mg	VCT: 435kcal Prot: 10g Lip.: 18g Carb.: 57g	Cálcio: 243mg Ferro: 3,8mg VitA: 378mcg Vit C: 89mg

**CARDÁPIO: BERÇÁRIO I - TURNO INTEGRAL
OUTUBRO -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 ¼ Col S- Batata ¼ Col S- Beterraba ¼ Col S- Chuchu ¼ unid.- Ovo Cozido 1/8 unid.- Laranja ----- ½ unid.- Maçã ----- 210ml Fórmula Infantil	180ml Fórmula Infantil ----- 2 Col S- Mamão ----- ½ Col S- Arroz 1 Col S- Feijão P ½ Col S- Frango ½ Col S- Brócolis ----- ¼ unid.- Laranja ----- 210ml Fórmula Infantil	180ml Fórmula Infantil ----- 2 Col S- Abacaxi ----- 1 Col S- Massa c/ molho 1 Col S- Feijão P ½ Col S- Carne ¼ Col S- Chuchu ¼ unid.- Ovo Cozido ----- 3 Col S- Mamão ----- 210ml Fórmula Infantil	180ml Fórmula Infantil ----- 4 unid- Morango ----- ½ Col S- Arroz 1 Col S- Feijão P ½ Col S- Frango ¼ Col S- Tomate ¼ Col S-Beterraba ----- 3 Col S- Abacaxi ----- 210ml Fórmula Infantil	180ml Fórmula Infantil ----- ¼ unid.- Maçã ----- ½ Col S- Arroz 1 Col S- Feijão P ½ Col S- Carne ¼ Col S- Repolho ½ Col S- Brócolis ¼ Col S- Tomate ----- ½ unid.- Banana ----- 210ml Fórmula Infantil
180ml Fórmula Infantil ----- ¼ unid.- Banana ----- ½ Col S- Arroz 1 Col S- Feijão P ½ Pd- Omelete de forno (Cenoura e Couve-flor) 1/8 unid.- Laranja ----- ½ unid.- Maçã ----- 210ml Fórmula Infantil	180ml Fórmula Infantil ----- 2 Col S- Mamão ----- ½ Col S- Arroz 1 Col S- Feijão P ½ Col S- Frango ½ Col S- Cenoura ----- 3 Col S- Mamão ----- 210ml Fórmula Infantil	180ml Fórmula Infantil ----- 2 Col S- Manga ----- 1 Col S- Massa c/ molho 1 Col S- Feijão P ½ Col S- Carne ¼ Col S- Couve-flor ----- ¼ unid.- Laranja ----- 210ml Fórmula Infantil	180ml Fórmula Infantil ----- 4 unid- Morango ----- ½ Col S- Arroz 1 Col S- Feijão P ½ Col S- Frango ¼ Col S- Tomate ----- 3 Col S- Manga ----- 210ml Fórmula Infantil	180ml Fórmula Infantil ----- ¼ unid.- Maçã ----- ½ Col S- Arroz 1 Col S- Feijão P ½ Col S- Carne ¼ Col S- Batata ½ Col S- Cenoura ¼ unid.- Ovo Cozido ----- ½ unid.- Banana ----- 210ml Fórmula Infantil
180ml Fórmula Infantil ----- ½ unid.- Banana ----- ½ Col S- Arroz 1 Col S- Feijão P ¼ Col S- Beterraba ¼ Col S- Chuchu ¼ unid.- Ovo Cozido 1/8 unid.- Laranja ----- ½ unid.- Maçã ----- 210ml Fórmula Infantil	180ml Fórmula Infantil ----- 2 Col S- Abacaxi ----- ½ Col S- Arroz 1 Col S- Feijão P ½ Col S- Carne ¼ Col S- Tomate ¼ Col S- Beterraba ----- 3 Col S- Abacaxi ----- 210ml Fórmula Infantil	180ml Fórmula Infantil ----- ¼ unid.- Maçã ----- 1 Col S- Massa c/ molho 1 Col S- Feijão P ½ Col S- Frango ½ Col S- Repolho ----- ½ unid.- Banana ----- 210ml Fórmula Infantil	180ml Fórmula Infantil ----- 4 unid- Morango ----- ½ Col S- Arroz 1 Col S- Feijão P ½ Col S- Carne ½ Col S- Brócolis ½ Col S- Tomate ----- 3 Col S- Mamão ----- 210ml Fórmula Infantil	180ml Fórmula Infantil ----- 2 Col S- Mamão ----- ½ Col S- Arroz 1 Col S- Feijão P ½ Col S- Frango ¼ Col S- Batata ¼ Col S- Chuchu ¼ unid.- Ovo Cozido ----- ½ unid.- Laranja ----- 210ml Fórmula Infantil
180ml Fórmula Infantil ----- ½ unid.- Banana ----- ½ Col S- Arroz 1 Col S- Feijão P 1/6 Col S- Batata 1/6 Col S- Beterraba ¼ unid.- Ovo Cozido 1/8 unid.- Laranja ----- ½ unid.- Maçã ----- 210ml Fórmula Infantil	180ml Fórmula Infantil ----- ¼ unid.- Maçã ----- ½ Col S- Arroz 1 Col S- Feijão P ½ Col S- Carne ¼ Col S- Brócolis ¼ Col S- Tomate ----- ½ unid.- Banana ----- 210ml Fórmula Infantil	180ml Fórmula Infantil ----- 2 Col S- Abacaxi ----- 1 Col S- Massa c/ molho 1 Col S- Feijão P ½ Col S- Frango ½ Col S- Tomate ½ Col S- Brócolis ¼ Col S- Cenoura ----- ¼ unid.- Laranja ----- 210ml Fórmula Infantil	180ml Fórmula Infantil ----- 4 unid- Morango ----- ½ Col S- Arroz 1 Col S- Feijão P ½ Col S- Carne ¼ Col S- Batata ¼ Col S- Repolho ¼ unid.- Ovo Cozido ----- 3 Col S- Abacaxi ----- 210ml Fórmula Infantil	180ml Fórmula Infantil ----- 2 Col S- Mamão ----- ½ Col S- Arroz 1 Col S- Feijão P ½ Col S- Frango ¼ Col S- Repolho ¼ Col S- Beterraba ½ Col S- Tomate ----- ½ unid.- Maçã ----- 210ml Fórmula Infantil