

CARDÁPIO

AGOSTO 2021



ESPAÇO
INFANTIL

Centro de Educação Infantil

The background features a vibrant, multi-colored design with large, overlapping organic shapes in shades of orange, red, blue, green, yellow, and purple. Overlaid on these shapes are numerous white line-art icons of various vegetables, including tomatoes, carrots, onions, mushrooms, and leafy greens, creating a rich, food-themed pattern.

BERÇÁRIO I
4 a 8 MESES

CARDÁPIO ESPAÇO INFANTIL - BERÇÁRIO I - 4 a 8 MESES - AGOSTO 2021

REFEIÇÃO SEMANA 1	2ª – FEIRA 02/08	3ª – FEIRA 03/08	4ª – FEIRA 04/08	5ª – FEIRA 05/08	6ª – FEIRA 06/08
MAMADEIRA					
DESJEJUM	Maçã raspadinha	Mamão amassadinho	Pêra raspadinha	Papinha de abacate	Banana amassadinha
ALMOÇO	Papinha de arroz, feijão, omelete com tomate e orégano, brócolis e cenoura	Papinha de polenta com frango ao molho, chuchu e couve	Papinha de batata, feijão, carne, abobrinha e agrião	Papinha de arroz, feijão, carne moída, legumes e tomate	Papinha de arroz, feijão, pernil desfiado, quibebe e alface
MAMADEIRA					
LANCHE DA TARDE	Pêra raspadinha	Banana amassadinha	Papinha de melão com banana	Maçã raspadinha	Creme de frutas
JANTAR	Risotinho de legumes	Sopinha eslava	Canjinha de galinha	Sopinha de feijão	Sopinha de legumes

REFEIÇÃO SEMANA 2	2ª – FEIRA 09/08	3ª – FEIRA 10/08	4ª – FEIRA 11/08	5ª – FEIRA 12/08	6ª – FEIRA 13/08
MAMADEIRA					
DESJEJUM	Papinha de abacate com maçã	Purê de maçã	Papinha de melão com banana	Banana amassadinha	Mamão amassadinho
ALMOÇO	Papinha de arroz, feijão, ovos mexidos, cenoura e espinafre refogado	Papinha de arroz, feijão, cação cozido, beterraba e agrião	Papinha de arroz, feijão, frango, legumes e alface	Papinha de mandioca, feijão, carne, brócolis e tomate	Papinha de arroz, feijão, carne moída, couve flor e cenoura
MAMADEIRA					
LANCHE DA TARDE	Banana amassadinha	Mamão amassadinho	Maçã raspadinha	Pêra raspadinha	Creme de frutas com ponkan
JANTAR	Sopinha eslava	Sopinha de legumes	Sopinha de feijão	Canjinha de galinha	Risotinho de legumes

REFEIÇÃO SEMANA 3	2ª – FEIRA 16/08	3ª – FEIRA 17/08	4ª – FEIRA 18/08	5ª – FEIRA 19/08	6ª – FEIRA 20/08
MAMADEIRA					
DESJEJUM	Pêra raspadinha	Banana amassadinha	Mamão amassadinho	Maçã raspadinha	Papinha de melão com banana
ALMOÇO	Papinha de arroz, feijão, ovos mexidos, couve flor e beterraba	Papinha de arroz, feijão, frango, legumes e agrião	Papinha de arroz, feijão, carne, abobrinha e couve	Papinha de arroz, feijão, frango, legumes e repolho refogado	Papinha de batata, feijão, carne, cenoura e rúcula
MAMADEIRA					
LANCHE DA TARDE	Maçã raspadinha	Papinha de abacate	Banana amassadinha	Pêra raspadinha	Creme de frutas
JANTAR	Polentinha mole com frango	Sopinha de feijão	Canjinha de galinha	Sopinha de abóbora com legumes e macarrão	Sopinha de legumes

REFEIÇÃO SEMANA 4	2ª – FEIRA 23/08	3ª – FEIRA 24/08	4ª – FEIRA 25/08	5ª – FEIRA 26/08	6ª – FEIRA 27/08
MAMADEIRA					
DESJEJUM	Maçã raspadinha	Mamão amassadinho	Banana amassadinha	Abacate amassadinho	Pêra raspadinha
ALMOÇO	Papinha de arroz, feijão, omelete, legumes e tomate	Papinha de quirera, carne moída ao molho, brócolis e cenoura	Papinha de arroz, feijão, iscas de frango, abobrinha e beterraba	Papinha de macarrão ao molho, almôndegas picadinhas, couve e cenoura refogadas	Papinha de arroz, feijão, frango, chuchu cozido com cheiro verde e tomate
MAMADEIRA					
LANCHE DA TARDE	Pêra raspadinha	Banana amassadinha	Papinha de melão com banana	Maçã raspadinha	Creme de frutas com laranja lima
JANTAR	Sopinha de feijão	Sopinha de legumes	Sopinha eslava	Canjinha de galinha	Risotinho de legumes

REFEIÇÃO SEMANA 5	2ª – FEIRA 30/08	3ª – FEIRA 31/08			
MAMADEIRA					
DESJEJUM	Pêra raspadinha	Purê de maçã			
ALMOÇO	Papinha de arroz, feijão, ovos cozidos, quibebe e agrião	Papinha de arroz, feijão, carne, cenoura e rúcula			
MAMADEIRA					
LANCHE DA TARDE	Banana amassadinha	Mamão amassadinho			
JANTAR	Sopinha eslava	Polentinha mole com frango			

*Cardápio sujeito à alteração por alimentos do mesmo valor nutricional.

*Mamadeira conforme indicação dos pais.

*A alimentação é introduzida gradativamente e intercalada com a amamentação, até a aceitação de todas as refeições sólidas.



BERÇÁRIO II
8 a 15 MESES

CARDÁPIO ESPAÇO INFANTIL - BERÇÁRIO II - 8 a 15 MESES - AGOSTO 2021

REFEIÇÃO SEMANA 1	2ª – FEIRA 02/08	3ª – FEIRA 03/08	4ª – FEIRA 04/08	5ª – FEIRA 05/08	6ª – FEIRA 06/08
MAMADEIRA					
DESJEJUM	Maçã Biscoito água e sal	Mamão Bolo s/leite e açúcar	Pêra Massinha de panqueca s/leite	Abacate amassadinho Biscoito de arroz integral	Banana Pãozinho caseiro
ALMOÇO	Arroz, feijão, omelete com tomate e orégano, brócolis e saladinha de cenoura	Polenta com frango ao molho, chuchu e couve refogada	Batata amassada, feijão, carne, abobrinha e saladinha de agrião	Arroz, feijão, carne moída, legumes e saladinha de tomate	Arroz, feijão, pernil desfiado, quibebe e saladinha de alface
MAMADEIRA					
LANCHE DA TARDE	Pêra Bolo de banana s/leite e açúcar	Banana Quibe assado	Melão Crepioça	Maçã Pãozinho caseiro	Saladinha de frutas com aveia
JANTAR	Risotinho de legumes	Sopinha eslava	Canjinha de galinha	Sopinha de feijão	Sopinha de legumes

REFEIÇÃO SEMANA 2	2ª – FEIRA 09/08	3ª – FEIRA 10/08	4ª – FEIRA 11/08	5ª – FEIRA 12/08	6ª – FEIRA 13/08
MAMADEIRA					
DESJEJUM	Abacate amassadinho Biscoito de arroz integral	Purê de maçã Pãozinho francês	Melão Bolo s/leite e açúcar	Banana amassadinha com aveia	Mamão Crepioça
ALMOÇO	Arroz, feijão, ovos mexidos, cenoura e espinafre refogado	Arroz, feijão, cação cozido, beterraba e saladinha de agrião	Arroz, feijão, frango, legumes e saladinha de alface	Mandioca amassadinha, feijão, carne, brócolis e saladinha de tomate	Arroz, feijão, carne moída, couve flor e saladinha de cenoura
MAMADEIRA					
LANCHE DA TARDE	Banana Pãozinho francês	Mamão Bolo de maçã s/leite e açúcar	Maçã Sfiha de carne	Pêra Biscoito de arroz integral	Saladinha de frutas com ponkan
JANTAR	Sopinha eslava	Sopinha de legumes	Sopinha de feijão	Canjinha de galinha	Risotinho de legumes

REFEIÇÃO SEMANA 3	2ª – FEIRA 16/08	3ª – FEIRA 17/08	4ª – FEIRA 18/08	5ª – FEIRA 19/08	6ª – FEIRA 20/08
MAMADEIRA					
DESJEJUM	Pêra Biscoito cream cracker	Banana Pãozinho caseiro	Mamão Bolo s/leite e açúcar	Maçã Massinha de panqueca s/leite	Melão Torta salgada s/leite
ALMOÇO	Arroz, feijão, ovos mexidos, couve flor e saladinha de beterraba	Arroz, feijão, frango, legumes e saladinha de agrião	Arroz, feijão, carne, abobrinha e saladinha de couve	Arroz, feijão, frango, legumes e repolho refogado	Batata amassada, feijão, carne, cenoura e saladinha de rúcula
MAMADEIRA					
LANCHE DA TARDE	Maçã Pãozinho caseiro	Abacate amassadinho Bolo de frutas s/leite e açúcar	Banana Enroladinho de frango	Pêra Torta de carne e tomate s/leite	Saladinha de frutas com aveia
JANTAR	Polentinha mole com frango	Sopinha de feijão	Canjinha de galinha	Sopinha de abóbora com legumes e macarrão	Sopinha de legumes

REFEIÇÃO SEMANA 4	2ª – FEIRA 23/08	3ª – FEIRA 24/08	4ª – FEIRA 25/08	5ª – FEIRA 26/08	6ª – FEIRA 27/08
MAMADEIRA					
DESJEJUM	Maçã Biscoito de arroz integral	Mamão Bolo de maçã s/açúcar	Banana Pãozinho francês	Papinha de abacate Biscoito cream cracker	Pêra Crepioça
ALMOÇO	Arroz, feijão, omelete, legumes e saladinha de tomate	Quirera, carne moída ao molho, brócolis e saladinha de cenoura	Arroz, feijão, iscas de frango, abobrinha cozida e saladinha de beterraba	Macarrão ao molho, almôndegas picadinhas, couve e cenoura refogadas	Arroz, feijão, frango, chuchu cozido com cheiro verde e saladinha de tomate
MAMADEIRA					
LANCHE DA TARDE	Pêra Bolo de maçã s/leite e açúcar	Banana Torradas	Melão Massinha de pizza caseira s/leite	Maçã Pãozinho francês	Saladinha de frutas com laranja lima
JANTAR	Sopinha de feijão	Sopinha de legumes	Sopinha eslava	Canjinha de galinha	Risotinho de legumes

REFEIÇÃO SEMANA 5	2ª – FEIRA 30/08	3ª – FEIRA 31/08			
MAMADEIRA					
DESJEJUM	Pêra Torradinhas	Purê de maçã Torta salgada s/leite			
ALMOÇO	Arroz, feijão, ovos cozidos, quibebe e saladinha de agrião	Arroz, feijão, carne, cenoura e saladinha de rúcula			
MAMADEIRA					
LANCHE DA TARDE	Banana Torta de legumes s/leite	Mamão Biscoito de arroz integral			
JANTAR	Sopinha eslava	Polentinha mole com frango			

*Cardápio sujeito à alteração por alimentos do mesmo valor nutricional.

*Mamadeira conforme indicação dos pais.

*A textura do alimento é adaptada a capacidade de cada criança.

The background features a vibrant, multi-colored design with large, overlapping wavy shapes in shades of orange, red, blue, green, yellow, and purple. Overlaid on these shapes are numerous white line-art icons of various vegetables, including tomatoes, carrots, onions, mushrooms, and leafy greens, creating a fresh and healthy aesthetic.

NÍVEIS I, II, III, IV e V

CARDÁPIO ESPAÇO INFANTIL - NÍVEIS I, II, III, IV e V - AGOSTO 2021

REFEIÇÃO SEMANA 1	2ª – FEIRA 02/08	3ª – FEIRA 03/08	4ª – FEIRA 04/08	5ª – FEIRA 05/08	6ª – FEIRA 06/08
DESJEJUM	Fruta da estação Biscoito água e sal Café com leite	Fruta da estação Bolo simples Chá morno	Fruta da estação Panqueca de aveia e queijo Vitamina de frutas	Fruta da estação Torta salgada Chá frio	Fruta da estação Pão caseiro com requeijão Achocolatado
ALMOÇO	Arroz, feijão, omelete com tomate e orégano, brócolis cozido e salada de cenoura ralada	Arroz, feijão, frango ao molho, polenta mole e couve refogada	Arroz, feijão, bife acebolado, purê de batatas e salada de agrião	Arroz, feijão, carne moída refogada, jardineira de legumes e salada de tomate	Arroz, feijão, iscas de pernil aceboladas, quibebe e salada de alface
LANCHE DA TARDE	Fruta da estação Bolo de iogurte Chá morno	Fruta da estação Quibe assado Suco natural	Fruta da estação Torta de frios Chá frio	Fruta da estação Pão caseiro com manteiga Suco natural	Lanche saudável de casa
JANTAR	Risotinho de legumes	Sopa eslava	Canja de galinha	Sopa de feijão	Sopa de legumes

REFEIÇÃO SEMANA 2	2ª – FEIRA 09/08	3ª – FEIRA 10/08	4ª – FEIRA 11/08	5ª – FEIRA 12/08	6ª – FEIRA 13/08
DESJEJUM	Fruta da estação Biscoito Maria Leite morno	Fruta da estação Pão francês na chapa Achocolatado	Fruta da estação Bolo simples Chá morno	Fruta da estação Pão de leite com requeijão Café com leite	Fruta da estação Crepioça Chá frio
ALMOÇO	Arroz, feijão, ovos mexidos, purê de cenoura e espinafre refogado	Arroz, feijão, cação cozido, farofa colorida e salada de beterraba cozida	Arroz, feijão, stroganoff de frango, palitinho de legumes e salada de alface	Arroz, feijão, vaca atolada e salada de brócolis com tomate	Arroz, feijão, panqueca verde de carne moída e salada de couve flor com cenoura
LANCHE DA TARDE	Fruta da estação Brusqueta com tomate e manjeriço Suco natural	Fruta da estação Bolo toalha felpuda Chá frio	Fruta da estação Sfiha de carne Suco natural	Fruta da estação Pão de queijo Chá frio	Lanche saudável de casa
JANTAR	Sopa eslava	Sopa de legumes	Sopa de feijão	Canja de galinha	Risotinho de legumes

REFEIÇÃO SEMANA 3	2ª – FEIRA 16/08	3ª – FEIRA 17/08	4ª – FEIRA 18/08	5ª – FEIRA 19/08	6ª – FEIRA 20/08
DESJEJUM	Fruta da estação Biscoito cream cracker Chá morno	Fruta da estação Pão caseiro com manteiga Achocolatado	Fruta da estação Bolo simples Chá morno	Fruta da estação Panqueca de aveia e queijo Café com leite	Fruta da estação Torta salgada Chá morno
ALMOÇO	Arroz, feijão, ovos estalados de forno, couve flor gratinada e salada de beterraba ralada	Arroz, feijão, frango grelhado, jardineira de legumes e salada de agrião	Arroz, feijão, barreadinho, banana e salada de couve com laranja	Arroz, feijão, frango xadrez saudável e salada de repolho	Arroz, feijão, escondidinho de carne e salada de rúcula e cenoura ralada
LANCHE DA TARDE	Fruta da estação Pão caseiro de cenoura com requeijão Suco natural	Fruta da estação Bolo formigueiro Chá frio	Fruta da estação Enroladinho de frango Suco natural	Fruta da estação Torta de carne, tomate e queijo Chá frio	Lanche saudável de casa
JANTAR	Polenta mole com frango	Sopa de feijão	Canja de galinha	Sopa de abóbora com legumes e macarrão	Sopa de legumes

REFEIÇÃO SEMANA 4	2ª – FEIRA 23/08	3ª – FEIRA 24/08	4ª – FEIRA 25/08	5ª – FEIRA 26/08	6ª – FEIRA 27/08
DESJEJUM	Fruta da estação Biscoito de amido de milho Leite morno	Fruta da estação Bolo simples Chá morno	Fruta da estação Pão francês na chapa Café com leite	Fruta da estação Cereal matinal Iogurte de frutas	Fruta da estação Pão de leite com manteiga Achocolatado
ALMOÇO	Arroz, feijão, omelete simples, legumes refogados e salada de tomate	Arroz, feijão, carne moída ao molho, quirera e salada de brócolis e cenoura	Arroz, feijão, Iscas de frango refogadas, creme de milho e salada de beterraba com cebola	Arroz, feijão, almôndegas ao molho, macarrão e salada de couve e cenoura refogadas	Arroz, feijão, frango assado, chuchu cozido com cheiro verde e salada de tomate
LANCHE DA TARDE	Fruta da estação Bolo de abóbora com coco Chá frio	Fruta da estação Torradas com azeite e orégano Suco natural	Fruta da estação Pizza caseira Suco natural	Fruta da estação Sanduíche de queijo Chá frio	Lanche saudável de casa
JANTAR	Sopa de feijão	Sopa de legumes	Sopa eslava	Canja de galinha	Risotinho de legumes

REFEIÇÃO SEMANA 5	2ª – FEIRA 30/08	3ª – FEIRA 31/08			
DESJEJUM	Fruta da estação Torradinhas com requeijão Chá morno	Fruta da estação Torta salgada Café com leite			
ALMOÇO	Arroz, feijão, ovos cozidos, quibebe e salada de agrião	Arroz, feijão, carne de panela com cenoura e salada de Rúcula			
LANCHE DA TARDE	Fruta da estação Torta de legumes Suco natural	Fruta da estação Pão de queijo Suco natural			
JANTAR	Sopa eslava	Polenta mole com frango			

*Cardápio sujeito à alteração por alimentos do mesmo valor nutricional

** Lanche saudável de casa: nesse dia a criança deverá trazer de casa seu lanchinho

Juliana Cruz – Nutricionista CRN8 7737

CARDÁPIO



ESPAÇO
INFANTIL

Centro de Educação Infantil