

# Cardápio

Maio de 2022



ESPAÇO  
INFANTIL

Centro de Educação Infantil



The background features a repeating pattern of white line-art vegetables on a light blue field. The vegetables include carrots, tomatoes, eggplants, bell peppers, onions, and leafy greens. This central area is framed by a purple shape at the top, a yellow shape at the top right, and an orange shape at the bottom. A white rounded rectangle is centered in the blue area, containing the text.

**BERÇÁRIO I**  
**4 a 8 MESES**

REFEIÇÃO SEMANA 1	2ª – FEIRA 02/05	3ª – FEIRA 03/05	4ª – FEIRA 04/05	5ª – FEIRA 05/05	6ª – FEIRA 06/05
MAMADEIRA					
DESJEJUM	Maçã	Pêra	Banana	Mamão	Banana
ALMOÇO	Arroz, feijão, ovos cozidos, cenoura, tomate e pepino	Arroz, feijão, carne moída, legumes e alface	Arroz, feijão, frango refogadas, abobrinha, agrião e tomate	Arroz, feijão, carne, chuchu e cenoura	Polenta, frango ensopado, cenoura e couve
MAMADEIRA					
LANCHE DA TARDE	Mamão	Caqui	Abacate	Maçã	Creme de frutas com ponkan
JANTAR	Sopa de feijão	Polenta mole com frango	Sopa de legumes com macarrão	Canja de galinha	Risoto legumes

REFEIÇÃO SEMANA 2	2ª – FEIRA 09/05	3ª – FEIRA 10/05	4ª – FEIRA 11/05	5ª – FEIRA 12/05	6ª – FEIRA 13/05
MAMADEIRA					
DESJEJUM	Mamão	Melão com banana	Pêra	Maçã	Abacate
ALMOÇO	Arroz, feijão, omelete colorido, brócolis e tomates	Mandioca, carne, caldinho de feijão, abobrinha e repolho	Macarrão, almôndegas ao molho, cenoura e agrião	Arroz, feijão, carne, legumes e pepino	Arroz, feijão, tilápia assada, quiabo e cenoura
MAMADEIRA					
LANCHE DA TARDE	Maçã	Caqui	Banana	Mamão	Banana
JANTAR	Sopa de feijão	Risoto de frango	Sopa de legumes	Canja de galinha	Sopa de fubá com legumes

REFEIÇÃO SEMANA 3	2ª – FEIRA 16/05	3ª – FEIRA 17/05	4ª – FEIRA 18/05	5ª – FEIRA 19/05	6ª – FEIRA 20/05
MAMADEIRA					
DESJEJUM	Pêra	Maçã	Abacate	Caqui	Mamão
ALMOÇO	Arroz, feijão, ovos mexidos, espinafre e cenoura	Panqueca verde de carne, vagem e tomates	Arroz, feijão, frango cremoso, legumes e rúcula	Quirera, pernil ao molho, abobrinha e couve	Arroz, feijão, carne, legumes e alface
MAMADEIRA					
LANCHE DA TARDE	Banana	Mamão	Maçã	Abacate	Creme de frutas com laranja lima
JANTAR	Sopa de feijão	Canja de galinha	Sopa de legumes	Risoto de legumes	Quirerinha com carne

REFEIÇÃO SEMANA 4	2ª – FEIRA 23/05	3ª – FEIRA 24/05	4ª – FEIRA 25/05	5ª – FEIRA 26/05	6ª – FEIRA 27/05
MAMADEIRA					
DESJEJUM	Maçã	Pêra	Mamão	Banana	Abacate
ALMOÇO	Arroz, feijão, omelete, abobrinha e cenoura	Arroz, feijão, frango, legumes e pepino	Batata, caldinho de feijão, carne, couve e tomate	Arroz, feijão, carne de panela, cenoura e pepino	Arroz, feijão, frango, legumes e repolho
MAMADEIRA					
LANCHE DA TARDE	Mamão	Melão	Caqui	Pêra	Creme de legumes
JANTAR	Sopa de feijão	Sopa de legumes com carne	Canja de galinha	Polenta mole com frango	Sopa eslava

REFEIÇÃO SEMANA 5	2ª – FEIRA 30/05	3ª – FEIRA 31/05
MAMADEIRA		
DESJEJUM	Pêra	Maçã
ALMOÇO	Arroz, feijão, omelete com tomate e orégano, vagem e alface	Arroz, feijão, carne moída com molho, agrião e tomate
MAMADEIRA		
LANCHE DA TARDE	Banana	Mamão
JANTAR	Sopa de feijão	Risoto de frango

\*Cardápio sujeito à alteração. Substituições por alimentos de qualidade nutricional equivalente.

\*Mamadeira conforme indicação dos pais.

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

\*As refeições são amassadinhas com garfo de acordo com a capacidade de mastigação da criança.

The background features a repeating pattern of various vegetables like carrots, tomatoes, and leafy greens in a light blue color. This pattern is overlaid on a larger background of solid colors: purple at the top, blue in the middle, and orange at the bottom, separated by wavy, organic shapes. A white rounded rectangle is centered in the blue area, containing the text.

**BERÇÁRIO II e NÍVEL I**  
**8 a 24 MESES**

# CARDÁPIO ESPAÇO INFANTIL

# BERÇÁRIO II E NÍVEL I - 8 A 24 MESES

REFEIÇÃO SEMANA 1	2ª – FEIRA 02/05	3ª – FEIRA 03/05	4ª – FEIRA 04/05	5ª – FEIRA 05/05	6ª – FEIRA 06/05
MAMADEIRA					
DESJEJUM	Maçã Crepioça	Pêra Pãozinho francês	Banana Bolo simples s/ açúcar	Mamão Pãozinho caseiro	Banana Panqueca de aveia
ALMOÇO	Arroz, feijão, ovos cozidos, cenoura sautee e salada tabule	Arroz, feijão, carne moída refogada, jardineira de legumes e salada de alface	Arroz, feijão, tirinhas de frango refogadas, creme de milho e salada de agrião com tomate	Arroz, feijão, picadinho bovino, chuchu refogado e salada de cenoura ralada	Arroz, feijão, frango ensopado, polenta e salada de couve com laranja
MAMADEIRA					
LANCHE DA TARDE	Mamão Massinha de pizza caseira	Caqui Bolo de cenoura s/ açúcar	Abacate Pãozinho caseiro	Maçã Pão de queijo da Fiona	* Creme de frutas com ponkan Biscoito de arroz integral
JANTAR	Sopa de feijão	Polenta mole com frango	Sopa de legumes com macarrão	Canja de galinha	Risoto legumes

REFEIÇÃO SEMANA 2	2ª – FEIRA 09/05	3ª – FEIRA 10/05	4ª – FEIRA 11/05	5ª – FEIRA 12/05	6ª – FEIRA 13/05
MAMADEIRA					
DESJEJUM	Mamão Biscoito água e sal	Melão Torrinhas temperadas	Pêra Torta salgada	Maçã Bolo simples s/ açúcar	Abacate Pãozinho de leite
ALMOÇO	Arroz, feijão, omelete colorido, brócolis cozido e salada de tomates	Arroz, feijão, vaca atolada e salada de repolho com laranja	Arroz, feijão, almôndegas ao molho, macarrão e salada de agrião	Arroz, feijão, bife grelhado, legumes refogados e salada de pepino	Arroz, feijão, tilápia assada, quiabo refogado e salada de cenoura ralada
MAMADEIRA					
LANCHE DA TARDE	Maçã Pãozinho francês	Caqui Torta de legumes	Banana Bolo de abóbora s/ açúcar	Mamão Enroladinho de tomate	* Banana amassada com aveia e canela
JANTAR	Sopa de feijão	Risoto de frango	Sopa de legumes	Canja de galinha	Sopa de fubá com legumes

REFEIÇÃO SEMANA 3	2ª – FEIRA 16/05	3ª – FEIRA 17/05	4ª – FEIRA 18/05	5ª – FEIRA 19/05	6ª – FEIRA 20/05
MAMADEIRA					
DESJEJUM	Pêra Torradinhas	Maçã Panqueca de aveia	Abacate Bolo simples s/ açúcar	Caqui Pãozinho caseiro	Mamão Crepioça
ALMOÇO	Arroz, feijão, ovos mexidos, espinafre refogado e salada de cenoura	Arroz, feijão, panqueca verde de carne e salada de vagem com tomates	Arroz, feijão, strogonoff de frango, palitinhos de legumes crocantes e salada de rúcula com manga	Arroz, feijão, pernil ao molho, quíquera e salada de couve com laranja	Arroz, feijão, tirinhas de carne aceboladas, jardineira de legumes e salada de alface
MAMADEIRA					
LANCHE DA TARDE	Banana Sfiha de carne	Mamão Bolo de iogurte natural s/ açúcar	Maçã Pãozinho caseiro	Abacate Bolinho de arroz e talos	* Salada de frutas com laranja lima Tapioca rosa
JANTAR	Sopa de feijão	Canja de galinha	Sopa de legumes	Risoto de legumes	Quirerinha com carne

REFEIÇÃO SEMANA 4	2ª – FEIRA 23/05	3ª – FEIRA 24/05	4ª – FEIRA 25/05	5ª – FEIRA 26/05	6ª – FEIRA 27/05
MAMADEIRA					
DESJEJUM	Maçã Biscoito cream cracker	Pêra Crepioça	Mamão Panqueca de banana	Banana Pãozinho caseiro	Abacate Bolo simples s/ açúcar
ALMOÇO	Arroz, feijão, omelete simples, abobrinha à pizzaiolo e salada de cenoura	Arroz, feijão, frango grelhado, legumes refogados e salada de pepino	Arroz, feijão, escondidinho de carne e salada de couve com laranja	Arroz, feijão, carne de panela, cenoura e pepino	Arroz, feijão, frango xadrez infantil e salada de repolho
MAMADEIRA					
LANCHE DA TARDE	Mamão Pão de queijo com chia	Melão Cupcake de banana e uva passa	Caqui Pãozinho caseiro de cenoura	Pêra Bolo de maracujá s/ açúcar	* Palitinhos de legumes Torradinhas
JANTAR	Sopa de feijão	Sopa de legumes com carne	Canja de galinha	Polenta mole com frango	Sopa eslava

REFEIÇÃO SEMANA 5	2ª – FEIRA 30/05	3ª – FEIRA 31/05
MAMADEIRA		
DESJEJUM	Pêra Crepioça	Maçã Bolo simples s/ açúcar
ALMOÇO	Arroz, feijão, omelete com tomate e orégano, vagem cozida e salada de alface	Arroz, feijão, carne moída com molho, pinhão cozido e salada de agrião com tomate
MAMADEIRA		
LANCHE DA TARDE	Banana Bolo de fubá s/ açúcar	Mamão Pãozinho caseiro
JANTAR	Sopa de feijão	Risoto de frango

\*Cardápio sujeito à alteração por alimentos do mesmo valor nutricional.  
Juliana Cruz – Nutricionista CRN8 7737

\*Mamadeira conforme indicação dos pais.

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

\*NI: lanche saudável de casa nas sextas-feiras.

The background features a repeating pattern of various vegetables like carrots, tomatoes, and leafy greens in a light blue color. This pattern is overlaid on a background of large, overlapping shapes in purple, blue, yellow, and orange. A white rounded rectangle is centered in the blue area, containing the text.

**NÍVEIS II,  
III, IV e V**



# CARDÁPIO ESPAÇO INFANTIL

## NÍVEIS II, III, IV e V

REFEIÇÃO SEMANA 1	2ª – FEIRA 02/05	3ª – FEIRA 03/05	4ª – FEIRA 04/05	5ª – FEIRA 05/05	6ª – FEIRA 06/05
DESJEJUM	Fruta da estação Crepioça Achocolatado	Fruta da estação Pão francês na chapa Leite com café	Fruta da estação Bolo simples Leite morno	Fruta da estação Pão caseiro com requeijão Chá morno	Fruta da estação Panqueca de queijo e aveia Iogurte de frutas
ALMOÇO	Arroz, feijão, ovos cozidos, cenoura sautee e salada tabule	Arroz, feijão, carne moída refogada, jardineira de legumes e salada de alface	Arroz, feijão, tirinhas de frango refogadas, creme de milho e salada de agrião com tomate	Arroz, feijão, picadinho bovino, chuchu refogado e salada de cenoura ralada	Arroz, feijão, frango ensopado, polenta e salada de couve com laranja
LANCHE DA TARDE	Fruta da estação Pizza caseira Suco natural	Fruta da estação Bolo de cenoura Chá frio	Fruta da estação Pão caseiro com manteiga Suco natural	Fruta da estação Pão de queijo da Fiona Chá frio	*Lanche saudável de casa*
JANTAR	Sopa de feijão	Polenta mole com frango	Sopa de legumes com macarrão	Canja de galinha	Risoto legumes

REFEIÇÃO SEMANA 2	2ª – FEIRA 09/05	3ª – FEIRA 10/05	4ª – FEIRA 11/05	5ª – FEIRA 12/05	6ª – FEIRA 13/05
DESJEJUM	Fruta da estação Biscoito água e sal Chá morno	Fruta da estação Torrinhas temperadas Vitamina de frutas	Fruta da estação Torta salgada Leite com café	Fruta da estação Bolo simples Leite morno	Fruta da estação Pão de leite com manteiga Achocolatado
ALMOÇO	Arroz, feijão, omelete colorido, brócolis cozido e salada de tomates	Arroz, feijão, vaca atolada e salada de repolho com laranja	Arroz, feijão, almôndegas ao molho, macarrão e salada de agrião	Arroz, feijão, bife grelhado, legumes refogados e salada de pepino	Arroz, feijão, tilápia assada, quiabo refogado e salada de cenoura ralada
LANCHE DA TARDE	Fruta da estação Brusqueta com manjericão Suco natural	Fruta da estação Torta de legumes com milho Chá frio	Fruta da estação Bolo de abóbora com coco Chá frio	Fruta da estação Enroladinho de queijo e tomate Suco natural	*Lanche saudável de casa*
JANTAR	Sopa de feijão	Risoto de frango	Sopa de legumes	Canja de galinha	Sopa de fubá com legumes

REFEIÇÃO SEMANA 3	2ª – FEIRA 16/05	3ª – FEIRA 17/05	4ª – FEIRA 18/05	5ª – FEIRA 19/05	6ª – FEIRA 20/05
DESJEJUM	Fruta da estação Torrinhas Chá morno	Fruta da estação Panqueca de queijo e aveia Achocolatado	Fruta da estação Bolo simples Leite morno	Fruta da estação Pão caseiro com manteiga Leite com café	Fruta da estação Biscoitos sortidos Chá morno
ALMOÇO	Arroz, feijão, ovos mexidos, espinafre refogado e salada de cenoura	Arroz, feijão, panqueca verde de carne e salada de vagem com tomates	Arroz, feijão, stroganoff de frango, palitinhos de legumes crocrantes e salada de rúcula com manga	Arroz, feijão, pernil ao molho, quirera e salada de couve com laranja	Arroz, feijão, tirinhas de carne aceboladas, jardineira de legumes e salada de alface
LANCHE DA TARDE	Fruta da estação Sfiha de carne Suco natural	Fruta da estação Bolo de iogurte Chá morno	Fruta da estação Pão caseiro com requeijão Suco natural	Fruta da estação Bolinho de arroz e talos Suco natural	*Lanche saudável de casa*
JANTAR	Sopa de feijão	Canja de galinha	Sopa de legumes	Risoto de legumes	Quirerinha com carne

REFEIÇÃO SEMANA 4	2ª – FEIRA 23/05	3ª – FEIRA 24/05	4ª – FEIRA 25/05	5ª – FEIRA 26/05	6ª – FEIRA 27/05
DESJEJUM	Fruta da estação Biscoito cream cracker iogurte de frutas	Fruta da estação Crepioça Leite com café	Fruta da estação Panqueca de banana Chá morno	Fruta da estação Pão caseiro com requeijão Achocolatado	Fruta da estação Bolo simples Leite morno
ALMOÇO	Arroz, feijão, omelete simples, abobrinha à pizzaiolo e salada de cenoura	Arroz, feijão, frango grelhado, legumes refogados e salada de pepino	Arroz, feijão, escondidinho de carne e salada de couve com laranja	Arroz, feijão, carne de panela, farofinha colorida e salada tabule	Arroz, feijão, frango xadrez infantil e salada de repolho
LANCHE DA TARDE	Fruta da estação Pão de queijo com chia Suco natural	Fruta da estação Pão de mel Chá frio	Fruta da estação Pão caseiro de cenoura com manteiga Suco natural	Fruta da estação Bolo de maracujá Chá frio	*Lanche saudável de casa*
JANTAR	Sopa de feijão	Sopa de legumes com carne	Canja de galinha	Polenta mole com frango	Sopa eslava

REFEIÇÃO SEMANA 5	2ª – FEIRA 30/05	3ª – FEIRA 31/05
DESJEJUM	Fruta da estação Crepioça Chá morno	Fruta da estação Bolo simples Leite morno
ALMOÇO	Arroz, feijão, omelete com tomate e orégano, vagem cozida e salada de alface	Arroz, feijão, carne moída com molho, farofa de pinhão e salada de agrião com tomate
LANCHE DA TARDE	Fruta da estação Bolo de fubá Chá frio	Fruta da estação Pão caseiro com requeijão Suco natural
JANTAR	Sopa de feijão	Risoto de 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 (sugestão: uma fruta + um lanchinho + uma bebida)

# Cardápio



ESPAÇO  
INFANTIL

Centro de Educação Infantil

