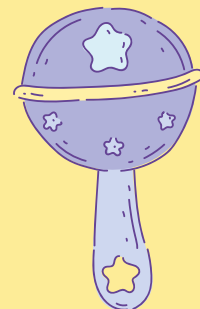


CARDÁPIO

DE VERÃO

MARÇO - 2022

BERÇÁRIO



SEMANA 1

SEMANA 2

SEMANA 3

SEMANA 4

SEG

07/03

CAFÉ DA MANHÃ:
FÓRMULA INFANTIL

REFEIÇÃO:
MACARRÃO SOPA COM CARNE
MOÍDA E CENOURA COZIDA

FRUTA:
MAÇÃ RASPADA

14/03

CAFÉ DA MANHÃ:
FÓRMULA INFANTIL

REFEIÇÃO:
MACARRÃO SOPA COM CARNE
MOÍDA E CENOURA COZIDA

FRUTA:
MAÇÃ RASPADA

21/03

CAFÉ DA MANHÃ:
FÓRMULA INFANTIL

REFEIÇÃO:
MACARRÃO SOPA COM CARNE
MOÍDA E CENOURA COZIDA

FRUTA:
MELÃO RASPADO

28/03

CAFÉ DA MANHÃ:
FÓRMULA INFANTIL

REFEIÇÃO:
MACARRÃO SOPA COM CARNE
MOÍDA E CENOURA COZIDA

FRUTA:
MELÃO RASPADO

TER

08/03

CAFÉ DA MANHÃ:
FÓRMULA INFANTIL

REFEIÇÃO:
BATATA INGLESA BEM COZIDA
(AMASSADA) C/ FRANGO
DESFIAADO+ FEIJÃO PRETO
BATIDO+ BETERRABA COZIDA
(AMASSADA)

FRUTA:
BANANA AMASSADA

15/03

CAFÉ DA MANHÃ:
FÓRMULA INFANTIL

REFEIÇÃO:
ARROZ BRANCO (PAPA) + FEIJÃO
PRETO BATIDO + CARNE MOÍDA
COM CENOURA, REPOLHO,
TOMATE, CEBOLA E CHEIRO
VERDE (COZIDOS)

FRUTA:
GOIABA

22/03

CAFÉ DA MANHÃ:
FÓRMULA INFANTIL

REFEIÇÃO:
ARROZ BRANCO (PAPA) + FEIJÃO
PRETO BATIDO+ CARNE BOVINA
DESFIAADA + BETERRABA E
CHUCHU BEM COZIDOS
(AMASSADOS)

FRUTA:
PÊRA RASPADA

29/03

CAFÉ DA MANHÃ:
FÓRMULA INFANTIL

REFEIÇÃO:
ARROZ BRANCO (PAPA) + FEIJÃO
PRETO BATIDO+ CARNE MOÍDA E
CENOURA, REPOLHO E TOMATE
BEM COZIDOS (AMASSADOS)

FRUTA:
MELANCIA SEM CAROÇO

QUA

09/03

CAFÉ DA MANHÃ:
FÓRMULA INFANTIL

REFEIÇÃO:
BATATA INGLESA, CENOURA,
ABOBRINHA BEM COZIDOS
(AMASSADOS) + FEIJÃO PRETO
BATIDO + CARNE BOVINA
DESFIAADA

FRUTA:
PÊRA RASPADA

16/03

CAFÉ DA MANHÃ:
FÓRMULA INFANTIL

REFEIÇÃO:
ARROZ BRANCO (PAPA) +
CENOURA, CHUCHU, BRÓCOLIS
COZIDOS (AMASSADOS) + PEITO
DE FRANGO DESFIAADO

FRUTA:
MAMÃO RASPADO

23/03

CAFÉ DA MANHÃ:
FÓRMULA INFANTIL

REFEIÇÃO:
ARROZ BRANCO (PAPA) + FEIJÃO
PRETO BATIDO + CARNE SUÍNA
DESFIAADA + ESPINAFRE
REFOGADO

FRUTA:
ABACAXI SEM MIOLO

30/03

CAFÉ DA MANHÃ:
FÓRMULA INFANTIL

REFEIÇÃO:
ARROZ BRANCO (PAPA) + FEIJÃO
PRETO BATIDO + FRANGO
DESFIAADO COM TOMATE

FRUTA:
ABACAXI SEM MIOLO

QUI

10/03

CAFÉ DA MANHÃ:
FÓRMULA INFANTIL

REFEIÇÃO:
CHUCHU COZIDO (AMASSADO) +
ARROZ BRANCO (PAPA) + FEIJÃO
PRETO BATIDO+ PEITO DE
FRANGO DESFIAADO

FRUTA:
MELANCIA SEM CAROÇO

17/03

CAFÉ DA MANHÃ:
FÓRMULA INFANTIL

REFEIÇÃO:
ARROZ BRANCO (PAPA) + FEIJÃO
PRETO BATIDO + CARNE BOVINA
DESFIAADA C/ BATATA E
CENOURA COZIDA

FRUTA:
MELÃO RASPADO

24/03

CAFÉ DA MANHÃ:
FÓRMULA INFANTIL

REFEIÇÃO:
ARROZ BRANCO (PAPA) + PEITO
DE FRANGO DESFIAADO +
BRÓCOLIS E CENOURA BEM
COZIDA (AMASSADOS)

FRUTA:
MAÇÃ RASPADA

31/03

CAFÉ DA MANHÃ:
FÓRMULA INFANTIL

REFEIÇÃO:
ARROZ BRANCO (PAPA) + FEIJÃO
PRETO BATIDO + CARNE SUÍNA
DESFIAADA COM TOMATE, CEBOLA
E PIMENTÃO COZIDOS

FRUTA:
LARANJA (CALDO)

SEX

11/03

CAFÉ DA MANHÃ:
FÓRMULA INFANTIL

REFEIÇÃO:
ARROZ BRANCO (PAPA) + CARNE
BOVINA DESFIAADA AO MOLHO DE
TOMATE COM CENOURA

FRUTA:
ABACAXI SEM MIOLO

18/03

CAFÉ DA MANHÃ:
FÓRMULA INFANTIL

REFEIÇÃO:
ARROZ BRANCO (PAPA) + FEIJÃO
PRETO BATIDO+ PERNIL
DESFIAADO COM TOMATE

FRUTA:
MELANCIA SEM CAROÇO

25/03

CAFÉ DA MANHÃ:
FÓRMULA INFANTIL

REFEIÇÃO:
ARROZ BRANCO (PAPA) +
FRANGO DESFIAADO COM
TOMATE+ FEIJÃO PRETO BATIDO

FRUTA:
MELANCIA SEM CAROÇO

01/04

CAFÉ DA MANHÃ:
FÓRMULA INFANTIL

REFEIÇÃO:
ARROZ BRANCO (PAPA)+ FEIJÃO
PRETO BATIDO + FRANGO
DESFIAADO COM MILHO

FRUTA:
MELANCIA SEM CAROÇO

*Cardápios sujeitos a alterações

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA SEMANAL

MODALIDADE	KCAL	PROTEÍNA (G)	GORDURA (G)	CARBOIDRATO (G)	SÓDIO (MG)
BERÇÁRIO	194,07	30,80	50,66	116,33	-



PREFEITURA MUNICIPAL DE LAGOA SANTA
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



Marina Marcolino Braga
Nutricionista
CRM 9 21836