

CARDÁPIO SEMANAL

OUTUBRO – 2021



CRIANÇAS DE 7 A 12 MESES

SEXTA – I

Mamadeira

Pera + pão

Sopa (catalonha, couve-
-flor, abóbora, batata,
mandioquinha, frango)/
Arroz/ Caldo de feijão/
Gema de ovo

Sobremesa: goiaba

Mamadeira

Banana com aveia

Sopa

Sobremesa: manga



CARDÁPIO SEMANAL

OUTUBRO – 2021



CRIANÇAS DE 7 A 12 MESES

SEGUNDA – 4

Mamadeira
Manga + pão
Sopa (mostarda, abóbora, vagem, batata-doce, mandioquinha, frango)/ Arroz/ Caldo de feijão/ Frango desfiado
Sobremesa: maçã
Mamadeira
Banana com aveia
Sopa
Sobremesa: mamão

TERÇA – 5

Mamadeira
Salada de frutas + biscoito caseiro
Sopa (espinafre, cenoura, abobrinha, cará, batata, carne magra)/ Arroz/ Caldo de feijão/ Carne desfiada
Sobremesa: banana
Mamadeira
Maçã
Sopa
Sobremesa: manga

QUARTA – 6

Mamadeira
Pera + pão
Sopa (escarola, chuchu, berinjela, batata-doce, inhame, frango)/ Arroz/ Caldo de feijão/ Gema de ovo
Sobremesa: goiaba
Mamadeira
Mamão
Sopa
Sobremesa: salada de frutas

QUINTA – 7

Mamadeira
Maçã + biscoito caseiro
Sopa (agrião, vagem, cenoura, mandioquinha, cará, frango)/ Arroz/ Caldo de feijão/ Frango desfiado
Sobremesa: manga
Mamadeira
Abacate
Sopa
Sobremesa: banana

SEXTA – 8

Mamadeira
Mamão + pão
Sopa (couve, abóbora, chuchu, inhame, batata, carne magra)/ Arroz/ Caldo de lentilha/ Carne desfiada
Sobremesa: pera
Mamadeira
Salada de frutas
Sopa
Sobremesa: maçã



CARDÁPIO SEMANAL

OUTUBRO – 2021



CRIANÇAS DE 7 A 12 MESES

SEGUNDA – 11

RECESSO

TERÇA – 12

FERIADO

QUARTA – 13

Mamadeira
Pera + pão
Sopa (catalonha, cenoura, abobrinha, cará, batata, frango)/ Arroz/ Caldo de feijão/ Gema de ovo
Sobremesa: banana
Mamadeira
Maçã
Sopa
Sobremesa: salada de frutas

QUINTA – 14

Mamadeira
Mamão + biscoito caseiro
Sopa (agrião, abóbora, vagem, batata-doce, mandioquinha, carne magra)/ Arroz/ Caldo de feijão/ Carne desfiada
Sobremesa: goiaba
Mamadeira
Banana com aveia
Sopa
Sobremesa: manga

SEXTA – 15

Mamadeira
Banana + pão
Sopa (acelga, couve-flor, cenoura, inhame, batata, frango)/ Arroz/ Caldo de feijão-branco/ Frango desfiado
Sobremesa: mamão
Mamadeira
Salada de frutas
Sopa
Sobremesa: pera



CARDÁPIO SEMANAL

OUTUBRO – 2021



CRIANÇAS DE 7 A 12 MESES

SEGUNDA – 18

Mamadeira
Banana + pão
Sopa (mostarda, abobrinha, cenoura, mandioquinha, cará, frango)/ Arroz/ Caldo de feijão/ Frango desfiado
Sobremesa: manga
Mamadeira
Maçã
Sopa
Sobremesa: salada de frutas

TERÇA – 19

Mamadeira
Mamão + biscoito caseiro
Sopa (escarola, chuchu, abóbora, inhame, batata, carne magra)/ Arroz/ Caldo de feijão/ Carne desfiada
Sobremesa: pera
Mamadeira
Goiaba
Sopa
Sobremesa: banana

QUARTA – 20

Mamadeira
Salada de frutas + pão
Sopa (espinafre, beterraba, vagem, batata-doce, cará, carne magra)/ Arroz/ Caldo de feijão/ Gema de ovo
Sobremesa: goiaba
Mamadeira
Abacate
Sopa
Sobremesa: maçã

QUINTA – 21

Mamadeira
Maçã + biscoito caseiro
Sopa (acelga, brócolis, cenoura, mandioquinha, batata, frango)/ Arroz/ Caldo de grão-de-bico/ Frango desfiado
Sobremesa: mamão
Mamadeira
Salada de frutas com aveia
Sopa
Sobremesa: banana

SEXTA – 22

Mamadeira
Pera + pão
Sopa (couve, chuchu, abóbora, inhame, batata, carne magra)/ Arroz/ Caldo de feijão/ Carne desfiada
Sobremesa: maçã
Mamadeira
Banana
Sopa
Sobremesa: manga



CARDÁPIO SEMANAL

OUTUBRO – 2021



CRIANÇAS DE 7 A 12 MESES

SEGUNDA – 25

Mamadeira
Maçã + pão
Sopa (espinafre, abóbora, chuchu, mandioquinha, cará, carne magra)/ Arroz/ Caldo de feijão/ Carne desfiada
Sobremesa: pera
Mamadeira
Mamão
Sopa
Sobremesa: goiaba

TERÇA – 26

Mamadeira
Salada de frutas + biscoito caseiro
Sopa (acelga, cenoura, vagem, inhame, batata-doce, frango)/ Arroz/ Caldo de ervilha/ Frango desfiado
Sobremesa: maçã
Mamadeira
Abacate
Sopa
Sobremesa: banana

QUARTA – 27

Mamadeira
Goiaba + pão
Sopa (repolho-roxo, cenoura, abobrinha, cará, batata, carne magra)/ Arroz/ Caldo de feijão/ Gema de ovo
Sobremesa: manga
Mamadeira
Banana com aveia
Sopa
Sobremesa: pera

QUINTA – 28

Mamadeira
Pera + biscoito caseiro
Sopa (agrião, chuchu, cenoura, mandioquinha, batata-doce, frango)/ Arroz/ Caldo de feijão/ Frango desfiado
Sobremesa: mamão
Mamadeira
Salada de frutas
Sopa
Sobremesa: manga

SEXTA – 29

Mamadeira
Maçã + pão
Sopa (chicória, abóbora, brócolis, inhame, batata, carne magra)/ Arroz/ Caldo de feijão/ Carne desfiada
Sobremesa: pera
Mamadeira
Mamão
Sopa
Sobremesa: salada de frutas

