

# Cardápio Semanal

## FAVO DE MEL / Berçário

### CAFÉ DA MANHÃ

8:00 ÀS 8:20

Fórmula

### ALMOÇO

10:00 ÀS 10:20

Sopa de arroz com legumes e carne ou frango picadinhos.

### LANCHE

13:30 ÀS 13:50

Fruta amassada ou raspada

### JANTAR

15:00 ÀS 15:30

Sopa de macarrão e legumes com carne ou frango picadinhos

Segunda-Feira

Terça-Feira

Fórmula

Arroz e feijão bem cozidos, com carne ou frango em pedacinhos e legumes.

Fruta amassada ou raspada

Sopa de fubá com legumes e carne ou frango picadinhos

Quarta-Feira

Fórmula

Macarrão com carne ou frango e legumes cozidos

Fruta amassada ou raspada

Sopa de feijão com legumes e carne ou frango picadinhos

Quinta-Feira

Fórmula

Arroz, feijão, carne ou frango e salada

Fruta amassada ou raspada

Sopa de macarrão e legumes com carne ou frango picadinhos

Sexta-Feira

Fórmula

Arroz e feijão bem cozidos, com carne ou frango em pedacinhos e legumes.

Fruta amassada ou raspada

Canjiquinha com carne e legumes

Composição Nutricional (Média Semanal)

**kcal:** 474.30  
**Proteína (g):** 27.27  
**Lípídeo(g):** 12.91  
**Carboidrato(g):** 61.83  
**Ferro(g):** 4.38  
**Vit A (mcg):** 88.01

### Lista de Substituições

**Carboidrato:** Arroz, Macarrão, Pão, Bolacha salgada ou doce simples, Purê de batata ou Mandioca ou Batata-doce, Polenta, Canjiquinha.

**Fibras e Vitaminas:** Hortaliças e Frutas.

**Proteína:** Carne bovina, Frango, Peixe, Carne suína, Ovo.

### Observação para o berçário:

Os alimentos devem ser bem cozidos e amassados antes de servir. As frutas devem ser oferecidas raspadas, garantindo melhor aceitação e segurança alimentar para os bebês.