

CARDÁPIO BERÇÁRIO – TURNO INTEGRAL- FAIXA ETÁRIA (7 - 11 MESES)

2026

1ª E 3ª SEMANAS

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
MANHÃ E TARDE	Mamadeira/Leite materno	Mamadeira/Leite materno	Mamadeira/Leite materno	Mamadeira/Leite materno	Mamadeira/Leite materno
LANCHE MANHÃ	Maçã/Banana	Mingau de leite/banana	Maçã/Mamão	Bergamota ponkan/Banana	Mingau de leite/banana
ALMOÇO	Risoto Feijão Cenoura cozida	Arroz+Feijão Polenta mole Molho de Frango Repolho refogado	Carreteiro de carne suína Feijão Cenoura cozida Suco de Laranja	Arroz+Feijão Macarrão com molho de frango Couve refogada picada	Arroz+Feijão Batata doce cozida Carne moída Cenoura cozida
LANCHE TARDE	Banana/Maçã	Manga/maçã	Maçã/laranja	Mingau de leite/banana	Manga/melão

2ª E 4ª SEMANAS

MANHÃ E TARDE	Mamadeira/Leite materno	Mamadeira/Leite materno	Mamadeira/Leite materno	Mamadeira/Leite materno	Mamadeira/Leite materno			
LANCHE MANHÃ	Maçã/Mamão	Mingau de leite/banana	Abacate/banana	Maçã/laranja	Manga/Banana			
ALMOÇO	Risoto Lentilha Couve refogada picada	Arroz Lentilha Moranga com carne suína picada	Arroz+Feijão turbinado (com carne) Purê de batata Beterraba cozida	Arroz+Feijão Polenta com frango Repolho refogado	Arroz+Feijão Macarrão com carne suína picada Alface picadinho			
LANCHE TARDE	Banana/laranja	Banana/Maçã	Banana/Abacate	Manga/melão	Bergamota/banana			
Composição Nutricional (Média semanal)	Energia(Kcal) 485	CHO(g)	PTN(g)	LPD(g)	Vit. A (mcg) 300	Vit. C (mg) 38	Ca (mg) = 180	Fe (mg) = 4,2
		74 (61%)	18 (15%)	13 (24%)				

Obs.1: PROIBIDO O USO DE AÇÚCAR E ALIMENTOS E PREPARAÇÕES QUE CONTENHAM AÇÚCAR PARA MENORES DE 3 ANOS (Resolução CD/FNDE nº 06/2020).

Obs.2: Amassar ou picar os alimentos de acordo com a idade da criança, **não** liquidificar os alimentos.

Mamadeira: usar leite puro ou a fórmula infantil (conforme o fabricante).

Andréa Hachmann Aiolfi-CRN2 10653
Nutricionista