



BERÇARIO
CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL ILDO VIGO – Novembro 2019

		Café da manhã	Lanche	Almoço 10:30	Lanche	Almoço 13:30	Lanche da tarde	Lanche da tarde
04	Segunda	Papa de bolacha	Mamadeira	sopa	banana	sopa	mamadeira	Iogurte ou fruta
05	Terça	Banana com iogurte	Mamadeira	sopa	iogurte	sopa	mamadeira	Papinha ou fruta
06	Quarta	Papa de fruta	Mamadeira	sopa	Maçã raspada	sopa	mamadeira	Iogurte ou fruta
07	Quinta	Mamão com iogurte	Mamadeira	sopa	Mamão	sopa	mamadeira	Papinha ou fruta
08	Sexta	Papa de bolacha	Mamadeira	sopa	iogurte	sopa	mamadeira	Iogurte ou fruta

		Café da manhã	Lanche	Almoço 10:30	Lanche	Almoço 13:30	Lanche da tarde	Lanche da tarde
11	Segunda	Papa de bolacha	Mamadeira	sopa	banana	sopa	mamadeira	Iogurte ou fruta
12	Terça	Banana com iogurte	Mamadeira	sopa	iogurte	sopa	mamadeira	Papinha ou fruta
13	Quarta	Papa de fruta	Mamadeira	sopa	Maçã raspada	sopa	mamadeira	Iogurte ou fruta
14	Quinta	Mamão com iogurte	Mamadeira	sopa	Mamão	sopa	mamadeira	Papinha ou fruta
15	Sexta	Papa de bolacha	Mamadeira	sopa	iogurte	sopa	mamadeira	Iogurte ou fruta

		Café da manhã	Lanche	Almoço 10:30	Lanche	Almoço 13:30	Lanche da tarde	Lanche da tarde
18	Segunda	Papa de bolacha	Mamadeira	sopa	banana	sopa	mamadeira	Iogurte ou fruta
19	Terça	Banana com iogurte	Mamadeira	sopa	iogurte	sopa	mamadeira	Papinha ou fruta
20	Quarta	Papa de fruta	Mamadeira	sopa	Maçã raspada	sopa	mamadeira	Iogurte ou fruta



21	Quinta	Mamão com iogurte	Mamadeira	sopa	Mamão	sopa	mamadeira	Papinha ou fruta
22	Sexta	Papa de bolacha	Mamadeira	sopa	iogurte	sopa	mamadeira	Iogurte ou fruta

		Café da manhã	Lanche	Almoço 10:30	Lanche	Almoço 13:30	Lanche da tarde	Lanche da tarde
25	Segunda	Papa de bolacha	Mamadeira	sopa	banana	sopa	mamadeira	Iogurte ou fruta
26	Terça	Banana com iogurte	Mamadeira	sopa	iogurte	sopa	mamadeira	Papinha ou fruta
27	Quarta	Papa de fruta	Mamadeira	sopa	Maçã raspada	sopa	mamadeira	Iogurte ou fruta
28	Quinta	Mamão com iogurte	Mamadeira	sopa	Mamão	sopa	mamadeira	Papinha ou fruta
29	Sexta	Papa de bolacha	Mamadeira	sopa	iogurte	sopa	mamadeira	Iogurte ou fruta

PODEM SER OFERECIDOS ATÉ 2 MAMADEIRAS ALÉM DO CARDÁPIO POR PERÍODO PARA CADA CRIANÇA.

*não dar ovo e mel a crianças com menos de 1 ano.

* A alimentação salgada deve ser bem cozida e bem picada antes de ser oferecida as crianças.

*Usar apenas temperos naturais e suaves nas preparações do berçário.



*As frutas podem ser servidas picadas, em papa, suco ou inteiras segundo a preferência da criança.

*Leite com cereal = Leite com mucilon, farinha láctea ou bolacha.

Fazer suco de laranja natural pelo menos 1x/semana.

Carlos Henrique Martendal dos Santos
Nutricionista
CRNº 5130