



## Cardápio Mês de Dezembro

### CMEI Pingo de Gente – Berçário: 6 meses a 1 ano



02 a 06	Desjejum 08:00 hr	Colação 09:30 hr	Almoço 11:00 – 11:30 hr	Colação 13:30 hr	Lanche de fruta 14:30 hr	Lanche da tarde 15:45 hr
<b>SEGUNDA-FEIRA</b> 02/12	Mamadeira	Papinha de fruta	Papa de arroz + Caldo de Feijão Caldo de carne bovina (Patinho) + salada cozida	Mamadeira	Papinha de fruta	Quirerinha com molho de carne moída + salada cozida
<b>TERÇA-FEIRA</b> 03/12	Mamadeira	Papinha de fruta	Papa de arroz + Caldo de Feijão Caldo de carne bovina (Acém) + polenta cremosa + salada cozida	Mamadeira	Papinha de fruta	Polenta cremosa + molho de frango + Salada cozida
<b>QUARTA-FEIRA</b> 04/12	Mamadeira	Papinha de fruta	Papa de arroz + Caldo de Feijão Omelete + purê de batata + salada cozida	Mamadeira	Papinha de fruta	Sopa de legumes com músculo desfiado e macarrão
<b>QUINTA-FEIRA</b> 05/12	Mamadeira	Papinha de fruta	Papa de arroz + Caldo de Feijão Caldo de carne bovina (Coxão mole) + papa de macarrão + salada cozida	Mamadeira	Papinha de fruta	Papa de arroz + feijão + Coxão mole refogado desfiado + Salada cozida
<b>SEXTA-FEIRA</b> 06/12	Mamadeira	Papinha de fruta	Papa de arroz + Caldo de Feijão Omelete, + farofa de legumes + salada cozida	Mamadeira	Papinha de fruta	Sopa de feijão com batata e macarrão

Média Calórica Semanal: 697,608 kcal; 32,4306 ptn.(g); 19,0132 lip.(g); 3,0864 sat.(g); 101,7742 cho.(g); 13,666fib.(g); 609,136 ca(mg); 6,4944 fe(mg); 712,408 so(mg); 69,8128 vit.C(mg); 126,207 retinol(mcg).

**Claudia B. Mierzva - Nutricionista CRN8 5489**



<b>9 a 13</b>	<b>Desjejum 08:00 hr</b>	<b>Colação 09:30 hr</b>	<b>Almoço 11:00 hr– 11:30 hr</b>	<b>Colação 13:00 hr</b>	<b>Lanche da tarde 14:30 hr</b>	<b>Jantar 15:45 hr</b>
<b>SEGUNDA-FEIRA 9/12</b>	Mamadeira	Papinha de fruta	Papa de arroz + Caldo de Feijão Caldo de carne bovina (Acém) + salada cozida	Mamadeira	Papinha de fruta	Sopa de legumes com frango desfiado e arroz
<b>TERÇA-FEIRA 10/12</b>	Mamadeira	Papinha de fruta	Papa de arroz + Caldo de Feijão Frango de panela desfiado, + papa de macarrão + salada cozida	Mamadeira	Papinha de fruta	Papa de macarrão com molho de carne moída + salada cozida
<b>QUARTA-FEIRA 11/12</b>	Mamadeira	Papinha de fruta	Papa de arroz + Caldo de Feijão Omelete + Purê de batata + salada cozida	Mamadeira	Papinha de fruta	Polenta com caldo de carne bovina (coxão mole) + Salada cozida
<b>QUINTA-FEIRA 12/12</b>	Mamadeira	Papinha de fruta	Papa de arroz + Caldo de Feijão Caldo de carne bovina (Coxão mole) polenta cremosa + salada cozida	Mamadeira	Papinha de fruta	Sopa de legumes com músculo desfiado e quirerinha
<b>SEXTA-FEIRA 13/12</b>	Mamadeira	Papinha de fruta	Papa de arroz + Caldo de Feijão Caldo de carne bovina (Músculo) + salada cozida	Mamadeira	Papinha de fruta	Sopa de feijão com macarrão e batata

Média Calórica Semanal: 683,128 kcal; 33,2746 ptn.(g); 19,9186 lip.(g); 3,8934 sat.(g); 94,3836 cho.(g); 9,116 fib.(g); 569,88 ca(mg); 6,1832 fe(mg); 706,803 so(mg); 34,1274 vit.C(mg); 125,51 retinol(mcg).

\*Os valores podem variar de acordo com as porções servidas.

**Claudia B. Mierzva - Nutricionista CRN8 5489**

<b>16 a 20</b>	<b>Desjejum 08:00 hr</b>	<b>Colação 09:30 hr</b>	<b>Almoço 11:00 hr</b>	<b>Colação 13:00 hr</b>	<b>Lanche da tarde 14:30 hr</b>	<b>Jantar 15:45 hr</b>
<b>SEGUNDA-FEIRA 16/12</b>	Mamadeira	Papinha de fruta	Papa de arroz + Caldo de Feijão Omelete + polenta cremosa + salada cozida	Mamadeira	Papinha de fruta	Papinha de biscoito doce + leite integral
<b>TERÇA-FEIRA 17/12</b>	Férias escolares					

**Claudia B. Mierzva - Nutricionista CRN8 5489**