



## Cardápio Mês de Dezembro

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



04 a 08	<b>Desjejum</b> 08:30 hr	<b>Colação</b> 09:30 hr	<b>Almoço</b> 11:00 – 11:30 hr	<b>Colação</b> 13:30 hr	<b>Lanche de fruta</b> 14:30 hr	<b>Lanche da tarde</b> 15:45 hr
<b>SEGUNDA-FEIRA</b> 04/12	Mamadeira	Papinha de fruta	Papa de arroz + caldo de feijão Frango de panela desfiado, + legumes refogados	Mamadeira	Papinha de fruta	Sopa de legumes com macarrão e carne moída
<b>TERÇA-FEIRA</b> 05/12	Mamadeira	Papinha de fruta	Papa de arroz + caldo de feijão Caldo de carne bovina (Acém) + salada cozida	Mamadeira	Papinha de fruta	Quirerinha com molho de carne moída + salada moída + salada cozida
<b>QUARTA-FEIRA</b> 06/12	Mamadeira	Papinha de fruta	Papa de arroz + caldo de feijão Omelete + purê de batata + salada cozida	Mamadeira	Papinha de fruta	Purê de batata + molho de carne moída + salada cozida
<b>QUINTA-FEIRA</b> 07/12	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 macarrão
<b>SEXTA-FEIRA</b> 08/12	Mamadeira	Papinha de fruta	Papa de arroz + caldo de feijão Músculo de panela desfiado+ salada cozida	Mamadeira	Papinha de fruta	Sopa de feijão com batata e macarrão

Média Calórica Semanal: 661,6867 kcal; 30,19967 ptn.(g); 17,54367 lip.(g); 2,790667 sat.(g); 95,59 cho.(g); 11,44867 fib.(g); 682,4133 ca(mg); 6,292333 fe(mg); 715,1067 so(mg); 36,941 vit.C(mg); 125,4617 retinol(mcg).

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

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



11 a 15	<b>Desjejum</b> 08:00 hr	<b>Colação</b> 09:30 hr	<b>Almoço</b> 11:00 hr	<b>Colação</b> 13:00 hr	<b>Lanche da tarde</b> 14:30 hr	<b>Jantar</b> 15:45 hr
<b>SEGUNDA-FEIRA</b> 11/12	Mamadeira	Papinha de fruta	Papa de arroz + caldo de feijão Caldo de carne bovina (patinho) quixerinha cremosa+ salada cozida	Mamadeira	Papinha de fruta	Sopa de beterraba com batata e frango
<b>TERÇA-FEIRA</b> 12/12	Mamadeira	Papinha de fruta	Papa de arroz + caldo de feijão + Carne moída refogada + quixerinha cremosa+ salada cozida	Mamadeira	Papinha de fruta	Quixerinha + caldo de carne bovina (coxão mole) + salada cozida
<b>QUARTA-FEIRA</b> 13/12	Mamadeira	Papinha de fruta	Papa de arroz + caldo de feijão Frango de panela desfiado+ salada cozida	Mamadeira	Papinha de fruta	Sopa de feijão c/ macarrão e batata
<b>QUINTA-FEIRA</b> 14/12	Mamadeira	Papinha de fruta	Papa de arroz + caldo de feijão Caldo de carne bovina (Acém) + salada cozida	Mamadeira	Papinha de fruta	Polenta com Caldo de carne bovina (acém) + Salada cozida
<b>SEXTA-FEIRA</b> 15/12	Mamadeira	Papinha de fruta	Papa de arroz + caldo de feijão Omelete + purê de batata +salada cozida	Mamadeira	Papinha de fruta	Sopa de legumes com arroz e frango desfiado

Média Calórica Semanal: 671,128 kcal; 33,32 ptn.(g); 17,7434 lip.(g); 3,1292 sat.(g); 96,5712 cho.(g); 12,2062 fib.(g); 568,974 ca(mg); 6,1828 fe(mg); 692,278 so(mg); 32,9084 so(mg); 122,567 retinol(mcg).

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

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



<b>18 a 22</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 18/12</b>	Mamadeira	Papinha de fruta	Papa de arroz + caldo de feijão Caldo de carne bovina (Patinho), quirerinha cozida + salada cozida	Mamadeira	Papinha de fruta	Sopa de legumes com arroz e frango desfiado
<b>TERÇA-FEIRA 19/12</b>	Mamadeira	Papinha de fruta	Papa de arroz + caldo de feijão + Carne moída refogada, + papa de macarrão + salada cozida	Mamadeira	Papinha de fruta	Purê de batata com molho de carne moída + salada cozida
<b>QUARTA-FEIRA 20/12</b>	Mamadeira	Papinha de fruta	Papa de arroz + caldo de feijão Caldo de carne bovina (Coxão mole) + salada cozida	Mamadeira	Papinha de fruta	Papinha de biscoito doce + leite integral
<b>QUINTA-FEIRA 21/12</b>	Férias escolares					
<b>SEXTA-FEIRA 22/12</b>						

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**