



Nutricionista: Barbara de Cassia Macedo Costa. CRN 05101411

| <b>CARDÁPIO CRECHE CASA DA VOVÓ – Introdução Alimentar 1</b> |  |  |  |                                     |                                     |
|--|--|--|--|-------------------------------------|-------------------------------------|
|  | Segunda                                | Terça                                  | Quarta                                 | Quinta                              | Sexta                               |
| Mamada   | Ao acordar:<br>Mamada                  | Ao acordar :<br>Mamada                 | Ao acordar :<br>Mamada                 | Ao acordar :<br>Mamada              | Ao acordar :<br>Mamada              |
| Lanche 1   | Papa de mamão                          | Papa de banana                         | Papa de mamão                          | Papa de banana                      | Papa de mamão                       |
| Almoço e jantar  | Papa de abóbora; papa de batata        | Papa de beterraba; papa de batata      | Papa de batata; papa de abóbora        | Papa de chuchu; Papa de inhame      | Papa de inhame; Papa de abóbora     |
| Lanche 2   | Papa de banana                         | Papa de mamão                          | Papa de banana                         | Suco de mamão                       | Suco de banana                      |
| Mamada   | Entre o lanche 2 e o jantar:<br>Mamada | Entre o lanche 2 e o jantar:<br>Mamada | Entre o lanche 2 e o jantar:<br>Mamada | Entre o lanche 2 e o jantar: Mamada | Entre o lanche 2 e o jantar: Mamada |

- ✓ Atenção para consistência das refeições: Os legumes e verduras devem ser cozidos e em papinhas. E as frutas na forma de papinhas de frutas sem a casca.



Nutricionista: Barbara de Cassia Macedo Costa. CRN 05101411

| <b>CARDÁPIO CRECHE BERÇÁRIO CASA DA VOVÓ – Introdução Alimentar 2</b> |  |   |  |  |  |
|---|--|---|--|--|--|
|   | Segunda  | Terça   | Quarta   | Quinta   | Sexta  |
| Mamada  | Ao acordar:<br>Mamada                                  | Ao acordar :<br>Mamada                                | Ao acordar :<br>Mamada                           | Ao acordar :<br>Mamada                         | Ao acordar :<br>Mamada                         |
| Lanche 1  | Papa de mamão  | Papa de pêssego                                       | Papa de banana                                   | Papa de maçã                                   | Papa de pêssego                                |
| Almoço e jantar   | Papa de Repolho; Papa de cenoura; papa de batata baroa | Papa de Repolho; Papa de abóbora; papa de batata doce | Papa de couve; Papa de batata; papa de beterraba | Papa de couve; Papa de abóbora; Papa de inhame | Papa de espinafre; Arroz papa; Papa de cenoura |
| Lanche 2  | Papa de maçã   | Papa de mamão   | Papa pêra  | Suco de banana                                 | Suco de maçã                                   |
| Mamada  | Entre o lanche 2 e o jantar:<br>Mamada                 | Entre o lanche 2 e o jantar:<br>Mamada                | Entre o lanche 2 e o jantar:<br>Mamada           | Entre o lanche 2 e o jantar: Mamada            | Entre o lanche 2 e o jantar: Mamada            |

- ✓ Atenção para consistência das refeições: Os legumes e verduras cozidos e em papinha, raízes e arroz também em papinha. E as frutas na forma de papinhas de frutas sem a casca.



Nutricionista: Barbara de Cassia Macedo Costa. CRN 05101411

| <b>ARDÁPIO CRECHE BERÇÁRIO CASA DA VOVÓ – Introdução Alimentar 3</b> |   |   |  |  |   |
|--|---|---|--|--|---|
| Refeições  | Segunda   | Terça   | Quarta   | Quinta   | Sexta   |
| Mamada   | Ao acordar:<br>Mamada                                 | Ao acordar:<br>Mamada                           | Ao acordar:<br>Mamada  | Ao acordar:<br>Mamada                                | Ao acordar:<br>Mamada                         |
| Lanche 1   | Papa de pêssego                                       | Papa de pêra                                    | Papa de maçã   | Papa de banana                                       | Papa de mamão                                 |
| Almoço e jantar  | Caldo de feijão;<br>espinafre; arroz<br>papa; abóbora | Caldo de feijão;<br>repolho;<br>cenoura; inhame | Caldo de<br>feijão;<br>brócolis;<br>abóbora; batata<br>baroa | Caldo de feijão;<br>acelga; beterraba;<br>arroz papa | Caldo de feijão;<br>acelga;<br>chuchu; batata |
| Lanche 2   | Papa de banana  | Papa de maçã                                    | Papa de<br>mamão   | Papa de pêssego                                      | Papa de banana                                |
| Mamada   | Entre o lanche 2<br>e o jantar:<br>Mamada             | Entre o lanche 2<br>e o jantar:<br>Mamada       | Entre o lanche<br>2 e o jantar:<br>Mamada                    | Entre o lanche 2 e<br>o jantar: Mamada               | Entre o lanche 2 e<br>o jantar: Mamada        |

- ✓ Atenção para consistência das refeições: Feijão deverá ser amassado e peneirado e os legumes e verduras cozidos e em papinha, raízes e arroz também em papinha. E as frutas na forma de papinhas de frutas sem a casca.



Nutricionista: Barbara de Cassia Macedo Costa. CRN 05101411

| <b>CARDÁPIO CRECHE BERÇÁRIO CASA DA VOVÓ – Introdução Alimentar 4</b> |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|
| Refeições   | Segunda   | Terça   | Quarta  | Quinta  | Sexta   |
| Mamada  | Ao acordar:<br>Mamada   | Ao acordar:<br>Mamada                                       | Ao acordar:<br>Mamada   | Ao acordar:<br>Mamada   | Ao acordar:<br>Mamada   |
| Lanche 1  | Papa de maçã  | Papa de mamão   | Papa de banana  | Papa de pêsego  | Papa de pêra  |
| Almoço e jantar   | Caldo de feijão;<br>acelga; arroz<br>papa; abóbora;<br>frango | Caldo de feijão;<br>couve;<br>beterraba;<br>batata; músculo | Caldo de<br>feijão;<br>espinafre;<br>abóbora; arroz<br>papa; frango | Caldo de feijão;<br>repolho;<br>abobrinha;<br>inhame; músculo | Caldo de feijão;<br>acelga;<br>abóbora; arroz<br>papa; frango |
| Lanche 2  | Papa de pêra  | Papa de pêsego  | Papa de<br>mamão  | Papa de banana  | Papa de pêsego  |
| Mamada  | Entre o lanche 2<br>e o jantar:<br>Mamada                     | Entre o lanche 2<br>e o jantar:<br>Mamada                   | Entre o lanche<br>2 e o jantar:<br>Mamada                           | Entre o lanche 2 e<br>o jantar: Mamada                        | Entre o lanche 2 e<br>o jantar: Mamada                        |

- ✓ Atenção para consistência das refeições: Feijão deverá ser amassado e peneirado e os legumes e verduras cozidos e em papinha, raízes e arroz também em papinha. O frango e a carne batidos no liquidificador. E as frutas na forma de papinhas de frutas sem a casca.