

**PLANEJAMENTO SEMANAL DE CARDÁPIOS**

TURMA  
**BERÇÁRIO**

PERÍODO  
**16 a 20-12-2013**

SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA -FEIRA
<p align="center"><b>LANCHE</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Frutas diversas</li> </ul>	<p align="center"><b>LANCHE</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Papinha de banana</li> </ul>	<p align="center"><b>LANCHE</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Papinha de mamão</li> </ul>	<p align="center"><b>LANCHE</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Suco de goiaba</li> <li>• Frutas diversas</li> </ul>	<p align="center"><b>LANCHE</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Papinha de abacate</li> </ul>
<p align="center"><b>ALMOÇO/SOPINHA</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sopa com carne moída, mostarda, cenoura, batata, beterraba, massas cabelinho de anjo e caldo de feijão</li> </ul>	<p align="center"><b>ALMOÇO/SOPINHA</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sopa com frango, rúcula, inhame, abobora, chuchu gema de ovo e caldo de feijão</li> </ul>	<p align="center"><b>ALMOÇO/SOPINHA</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sopa com carne moída, couve, cenoura, batata doce, quiabo, massas argolinha e caldo de feijão</li> </ul>	<p align="center"><b>ALMOÇO/SOPINHA</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sopa com frango, taioba ,beterraba, inhame, batata, gema de ovo , arroz e caldo de feijão</li> </ul>	<p align="center"><b>ALMOÇO/SOPINHA</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sopa com musculo, rúcula, abobora, chuchu, cenoura, massas cabelinho de anjo e caldo de feijão</li> </ul>
<p align="center"><b>LANCHE</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Suco de goiaba</li> <li>• Frutas diversas</li> </ul>	<p align="center"><b>LANCHE</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Maça raspadinha</li> </ul>	<p align="center"><b>LANCHE</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Suco de laranja</li> <li>• Frutas diversas</li> </ul>	<p align="center"><b>LANCHE</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pera raspadinha</li> </ul>	<p align="center"><b>LANCHE</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Suco de maracujá</li> <li>• Frutas diversas</li> </ul>
<p align="center"><b>JANTAR IDEM AO ALMOÇO</b></p>	<p align="center"><b>JANTAR IDEM AO ALMOÇO</b></p>	<p align="center"><b>JANTAR IDEM AO ALMOÇO</b></p>	<p align="center"><b>JANTAR IDEM AO ALMOÇO</b></p>	<p align="center"><b>JANTAR IDEM AO ALMOÇO</b></p>

**Obs.:** TODOS OS SUCOS OFERECIDOS SÃO NATURAIS E SEM AÇÚCAR.  
OPÇÃO AO LANCHE DA MANHÃ: SUCO DE LARANJA LIMA OU OUTRA FRUTA.

**SIMONE RUBENS VASSALO**  
Técnica em Nutrição / CRN - 89100134

**CHRISTINA HELAL**  
Nutricionista / CRN4 - ES 12100363