



CARDÁPIO

PRIMAVERA

SETEMBRO - 2022

BERÇÁRIO



SEMANA 1

SEMANA 2

SEMANA 3

SEMANA 4

SEG

05/09
CAFÉ DA MANHÃ:
FÓRMULA INFANTIL

REFEIÇÃO:
MACARRÃO À BOLONESA (C/
MOÍDA) E CENOURA COZIDA

FRUTA:
ABACAXI SEM MIOLO

12/09
CAFÉ DA MANHÃ:
FÓRMULA INFANTIL

REFEIÇÃO:
MACARRÃO À BOLONESA (C/
MOÍDA)

FRUTA:
MELÃO RASPADO

19/09
CAFÉ DA MANHÃ:
FÓRMULA INFANTIL

REFEIÇÃO:
MACARRÃO À BOLONESA (C/
CARNE MOÍDA)

FRUTA:
MAÇÃ RASPADA

TER

06/09
CAFÉ DA MANHÃ:
FÓRMULA INFANTIL

REFEIÇÃO:
ARROZ PAPA, FEIJÃO BATIDO,
CARNE SUÍNA DESFIADA C/
CENOURA, CEBOLA E OVOS
COZIDOS

FRUTA:
MAMÃO RASPADO

13/09
CAFÉ DA MANHÃ:
FÓRMULA INFANTIL

REFEIÇÃO:
ARROZ PAPA, FEIJÃO BATIDO,
CARNE BOVINA DESFIADA E
CENOURA COZIDA E AMASSADA

FRUTA:
MAÇÃ RASPADA

20/09
CAFÉ DA MANHÃ:
FÓRMULA INFANTIL

REFEIÇÃO:
ARROZ PAPA, FEIJÃO BATIDO,
INHAME COZIDO C/ FRANGO,
CENOURA E BETERRABA COZIDAS
E AMASSADAS

FRUTA:
MELÃO RASPADO

QUA

07/09

FERIADO

14/09
CAFÉ DA MANHÃ:
FÓRMULA INFANTIL

REFEIÇÃO:
ARROZ PAPA, FEIJÃO BATIDO,
FRANGO ENSOPADO C/ LEGUMES
(ABOBRINHA, PIMENTÃO E
TOMATE) BEM COZIDOS

FRUTA:
MELANCIA SEM CAROÇO

21/09
CAFÉ DA MANHÃ:
FÓRMULA INFANTIL

REFEIÇÃO:
ARROZ PAPA, FEIJÃO BATIDO,
CARNE BOVINA DESFIADA COM
ABOBRINHA E CHUCHU COZIDOS

FRUTA:
MELANCIA SEM CAROÇO

QUI

01/09
CAFÉ DA MANHÃ:
FORMULA INFANTIL

REFEIÇÃO:
ARROZ PAPA, FEIJÃO BATIDO,
CARNE SUÍNA DESFIADA E
REPOLHO ROXO REFOGADO C/
TOMATE

FRUTA:
MELÃO RASPADO

08/09
CAFÉ DA MANHÃ:
FÓRMULA INFANTIL

REFEIÇÃO:
ARROZ PAPA, FEIJÃO BATIDO,
FRANGO DESFIADO COM
ABOBRINHA E CHUCHU
AMASSADOS

FRUTA:
MELANCIA

15/09
CAFÉ DA MANHÃ:
FÓRMULA INFANTIL

REFEIÇÃO:
ARROZ PAPA, FEIJÃO BATIDO,
BATATA INGLESA BEM COZIDA C/
CARNE BOVINA DESFIADA

FRUTA:
ABACAXI SEM MIOLO

22/09
CAFÉ DA MANHÃ:
FÓRMULA INFANTIL

REFEIÇÃO:
ARROZ PAPA, FEIJÃO BATIDO,
BATATA INGLESA E BETERRABA
BEM COZIDAS C/FRANGO
DESMOZADO

FRUTA:
MANGA AMASSADA

SEX

02/09
CAFÉ DA MANHÃ:
FORMULA INFANTIL

REFEIÇÃO:
ARROZ PAPA COM FRANGO
DESMOZADO, CENOURA, CHEIRO
VERDE, PIMENTÃO E MILHO VERDE

FRUTA:
ABACAXI

09/09
CAFÉ DA MANHÃ:
FÓRMULA INFANTIL

REFEIÇÃO:
ARROZ PAPA, FEIJÃO PRETO
BATIDO, CARNE SUÍNA DESFIADA
(S/ LINGUIÇA) COM COUVE
REFOGADA

FRUTA:
MELÃO RASPADO

16/09
CAFÉ DA MANHÃ:
FÓRMULA INFANTIL

REFEIÇÃO:
ARROZ PAPA, FEIJÃO CARIOCA C/
CARNE SUÍNA DESFIADA,
ABÓBORA REFOGADA, ALMEIRÃO
REFOGADO

FRUTA:
MANGA AMASSADA

23/09
CAFÉ DA MANHÃ:
FÓRMULA INFANTIL

REFEIÇÃO:
ARROZ PAPA, FEIJÃO BATIDO,
CARNE SUÍNA DESFIADA E COUVE
REFOGADA

FRUTA:
MELANCIA SEM CAROÇO

5° SEM

26/09 - SEGUNDA-FEIRA
CAFÉ DA MANHÃ:
FORMULA INFANTIL

REFEIÇÃO: ARROZ PAPA,
FRANGO DESFIADO C/ CENOURA
COZIDA E MOLHO DE TOMATE

FRUTA:
MELÃO RASPADO

27/09 - TERÇA-FEIRA
CAFÉ DA MANHÃ:
FÓRMULA INFANTIL

REFEIÇÃO:
ARROZ PAPA, FEIJÃO CARIOCA C/
CARNE MOÍDA, ABÓBORA
REFOGADA, BETERRABA COZIDA
E AMASSADA

FRUTA:
MELANCIA SEM CAROÇO

28/09 - QUARTA-FEIRA
CAFÉ DA MANHÃ:
FÓRMULA INFANTIL

REFEIÇÃO:
MACARRÃO PADRE NOSSO,
FRANGO DESFIADO, BRÓCOLIS,
COUVE-FLORES, REPOLHO BRANCO,
VAGEM, CEBOLA E MOLHO DE
TOMATE)

FRUTA:
MAÇÃ RASPADA

29/09 - QUINTA-FEIRA
CAFÉ DA MANHÃ:
FÓRMULA INFANTIL

REFEIÇÃO:
ARROZ BRANCO, FEIJÃO PRETO
C/CARNE SUÍNA DESFIADA E
COUVE REFOGADA

FRUTA:
LARANJA SEM CAROÇO

30/09 - SEXTA-FEIRA - CAFÉ DA MANHÃ: FÓRMULA INFANTIL
REFEIÇÃO: ARROZ PAPA, FEIJÃO CARIOCA C/ CARNE BOVINA DESFIADA, TOMATE, CEBOLA, PIMENTÃO, ACELGA REFOGADA
FRUTA: MELÃO RASPADO

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA SEMANAL

MODALIDADE	KCAL	PROTEÍNA (G)	GORDURA (G)	CARBOIDRATO (G)	CÁLCIO (MG)	FERRO	RETINOL	VIT.C
BERÇÁRIO	175,09	6,05	3,52	30,87	59,71	1,55	384,99	18,64



PREFEITURA MUNICIPAL DE LAGOA SANTA
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



Marina Marcotino Braga
Nutricionista
CRM 9 21836