



## BERÇÁRIO 2

Dezembro/ 2017

DIA/mês	Lanche Manhã	Almoço	Lanche Tarde	Jantar
<b>1</b>	<p><b>BEBIDA:</b> Suco de melão com limão</p> <p><b>REFEIÇÃO:</b> Bisnaguinha com margarina</p> <p><b>SOBREMESA:</b> Mamão</p>	<p><b>BEBIDA:</b> Água</p> <p><b>SALADA:</b> Salada de acelga</p> <p><b>REFEIÇÃO:</b> Arroz/ feijão</p> <p>Carne de panela com batata</p> <p><b>SOBREMESA:</b> Maçã</p>	<p><b>BEBIDA:</b> Suco de abacaxi com hortelã</p> <p><b>REFEIÇÃO:</b> Pão de forma com patê de cenoura*</p> <p><b>SOBREMESA:</b> Fruta da época</p>	<p><b>BEBIDA:</b> Água</p> <p><b>SALADA:</b> Salada de couve com tomate</p> <p><b>REFEIÇÃO:</b> Arroz/ feijão</p> <p>Panqueca de beterraba recheada com frango desfiado/couve refogada</p> <p><b>SOBREMESA:</b> Melancia</p>
<b>2</b>	<u>SÁBADO</u>	<u>SÁBADO</u>	<u>SÁBADO</u>	<u>SÁBADO</u>
<b>3</b>	<u>DOMINGO</u>	<u>DOMINGO</u>	<u>DOMINGO</u>	<u>DOMINGO</u>

4	<p><b><u>BEBIDA:</u></b> Suco de mamão</p> <p><b><u>REFEIÇÃO:</u></b> Pão sovado com requeijão</p> <p><b><u>SOBREMESA:</u></b> Manga</p>	<p><b><u>BEBIDA:</u></b> Água</p> <p><b><u>SALADA:</u></b> Salada de cenoura ralada e alface</p> <p><b><u>REFEIÇÃO:</u></b>Arroz/ feijão Frango ensopado/ Purê de mandioquinha</p> <p><b><u>SOBREMESA:</u></b> Melão</p>	<p><b><u>BEBIDA:</u></b> Suco de laranja</p> <p><b><u>REFEIÇÃO:</u></b> Biscoito maisena</p> <p><b><u>SOBREMESA:</u></b> Fruta da época</p>	<p><b><u>BEBIDA:</u></b> Água</p> <p><b><u>SALADA:</u></b> Salada de brócolis</p> <p><b><u>REFEIÇÃO:</u></b>Arroz/ feijão Cuscuz de legumes (mole)</p> <p><b><u>SOBREMESA:</u></b> Maçã</p>
5	<p><b><u>BEBIDA:</u></b> Suco de laranja com beterraba</p> <p><b><u>REFEIÇÃO:</u></b> Bisnaguinha com manteiga</p> <p><b><u>SOBREMESA:</u></b> Melão</p>	<p><b><u>BEBIDA:</u></b> Água</p> <p><b><u>SALADA:</u></b> Salada de escarola</p> <p><b><u>REFEIÇÃO:</u></b>Arroz/ feijão Carne moída com batata e ovos</p> <p><b><u>SOBREMESA:</u></b> Banana</p>	<p><b><u>BEBIDA:</u></b> Suco de manga</p> <p><b><u>REFEIÇÃO:</u></b> Pão de forma com cream cheese</p> <p><b><u>SOBREMESA:</u></b> Fruta da época</p>	<p><b><u>BEBIDA:</u></b> Água</p> <p><b><u>SALADA:</u></b> Salada de vagem e repolho</p> <p><b><u>REFEIÇÃO:</u></b>Arroz/ feijão Rocambole de carne recheado com cenoura/ chuchu refogado</p> <p><b><u>SOBREMESA:</u></b> Pera</p>
6	<p><b><u>BEBIDA:</u></b> Suco de melão com limão</p> <p><b><u>REFEIÇÃO:</u></b> Biscoito cream cracker com cream cheese</p> <p><b><u>SOBREMESA:</u></b> Mamão</p>	<p><b><u>BEBIDA:</u></b> Água</p> <p><b><u>SALADA:</u></b> Salada de acelga</p> <p><b><u>REFEIÇÃO:</u></b>Arroz/ feijão Carne desfiada com molho natural de tomate/Polenta cremosa</p> <p><b><u>SOBREMESA:</u></b> Maçã</p>	<p><b><u>BEBIDA:</u></b> Suco de abacaxi com hortelã</p> <p><b><u>REFEIÇÃO:</u></b> Pão sovado com manteiga</p> <p><b><u>SOBREMESA:</u></b> Fruta da época</p>	<p><b><u>BEBIDA:</u></b> Água</p> <p><b><u>SALADA:</u></b> Salada de couve com tomate</p> <p><b><u>REFEIÇÃO:</u></b>Arroz/ feijão frango assado/ creme de milho</p> <p><b><u>SOBREMESA:</u></b> Melancia</p>
7	<p><b><u>BEBIDA:</u></b> Suco de acerola</p> <p><b><u>REFEIÇÃO:</u></b> Biscoito polvilho</p> <p><b><u>SOBREMESA:</u></b> Melancia</p>	<p><b><u>BEBIDA:</u></b> Água</p> <p><b><u>SALADA:</u></b> Salada de repolho com tomate</p> <p><b><u>REFEIÇÃO:</u></b>Arroz/ feijão Isca de frango com milho/brocolis</p> <p><b><u>SOBREMESA:</u></b> Pera</p>	<p><b><u>BEBIDA:</u></b> Suco de laranja com mamão</p> <p><b><u>REFEIÇÃO:</u></b> Bisnaguinha com manteiga</p> <p><b><u>SOBREMESA:</u></b> Fruta da época</p>	<p><b><u>BEBIDA:</u></b> Água</p> <p><b><u>SALADA:</u></b> Salada deescarola</p> <p><b><u>REFEIÇÃO:</u></b>Arroz/ feijão Bife de panela/ Espinafre refogado</p> <p><b><u>SOBREMESA:</u></b> Banana assada com canela</p>

8	<p><b><u>BEBIDA:</u></b> Suco de manga</p> <p><b><u>REFEIÇÃO:</u></b> Pão de forma com manteiga</p> <p><b><u>SOBREMESA:</u></b> Abacate</p>	<p><b><u>BEBIDA:</u></b> Água</p> <p><b><u>SALADA:</u></b> Salada de alface</p> <p><b><u>REFEIÇÃO:</u></b>Arroz/ feijão</p> <p>Cação cozido/ Macarrão com legumes</p> <p><b><u>SOBREMESA:</u></b> Salada de frutas</p>	<p><b><u>BEBIDA:</u></b> Suco de melancia</p> <p><b><u>REFEIÇÃO:</u></b> Bolo de cenoura</p> <p><b><u>SOBREMESA:</u></b> Fruta da época</p>	<p><b><u>BEBIDA:</u></b> Água</p> <p><b><u>SALADA:</u></b> Salada de beterraba ralada e agrião</p> <p><b><u>REFEIÇÃO:</u></b>Arroz/ feijão</p> <p>Picadinho de carne com batata doce/Legumes na manteiga</p> <p><b><u>SOBREMESA:</u></b> Abacaxi</p>
9	<u>SÁBADO</u>	<u>SÁBADO</u>	<u>SÁBADO</u>	<u>SÁBADO</u>
10	<u>DOMINGO</u>	<u>DOMINGO</u>	<u>DOMINGO</u>	<u>DOMINGO</u>
11	<p><b><u>BEBIDA:</u></b> Suco de melancia com hortelã</p> <p><b><u>REFEIÇÃO:</u></b> Bisnaguinha com margarina</p> <p><b><u>SOBREMESA:</u></b> Pera</p>	<p><b><u>BEBIDA:</u></b> Água</p> <p><b><u>SALADA:</u></b> Salada de alface e tomate</p> <p><b><u>REFEIÇÃO:</u></b>Arroz/ feijão</p> <p>Isca de fígado na manteiga/ Purê de batata</p> <p><b><u>SOBREMESA:</u></b> Mamão</p>	<p><b><u>BEBIDA:</u></b> Suco de laranja com cenoura</p> <p><b><u>REFEIÇÃO:</u></b> Bisnaguinha com requeijão</p> <p><b><u>SOBREMESA:</u></b> Fruta da época</p>	<p><b><u>BEBIDA:</u></b> Água</p> <p><b><u>SALADA:</u></b> Salada de rucula</p> <p><b><u>REFEIÇÃO:</u></b>Arroz/ feijão</p> <p>Panqueca de carne/ Escarola refogada</p> <p><b><u>SOBREMESA:</u></b> Laranja</p>

12	<p><b><u>BEBIDA:</u></b> Suco de mamão</p> <p><b><u>REFEIÇÃO:</u></b> Bisnaguinha de cenoura com queijo branco</p> <p><b><u>SOBREMESA:</u></b> Mamão</p>	<p><b><u>BEBIDA:</u></b> Água</p> <p><b><u>SALADA:</u></b> Salada de repolho e beterraba ralada</p> <p><b><u>REFEIÇÃO:</u></b>Arroz/ feijão</p> <p>Cubinhos de frango cozido/ Creme de espinafre</p> <p><b><u>SOBREMESA:</u></b> Maçã</p>	<p><b><u>BEBIDA:</u></b> Suco de mamão</p> <p><b><u>REFEIÇÃO:</u></b> Pão de forma com manteiga</p> <p><b><u>SOBREMESA:</u></b> Fruta da época</p>	<p><b><u>BEBIDA:</u></b> Água</p> <p><b><u>SALADA:</u></b>Salada de acelga e tomate</p> <p><b><u>REFEIÇÃO:</u></b>Arroz/ feijão Isca de carne com brócolis e cenoura</p> <p><b><u>SOBREMESA:</u></b> Carambola</p>
13	<p><b><u>BEBIDA:</u></b> Suco de manga</p> <p><b><u>REFEIÇÃO:</u></b> Pão caseiro manteiga</p> <p><b><u>SOBREMESA:</u></b> Melancia</p>	<p><b><u>BEBIDA:</u></b> Água</p> <p><b><u>SALADA:</u></b> Salada de escarola</p> <p><b><u>REFEIÇÃO:</u></b>Arroz/ feijão</p> <p>Omelete de legumes/ Couve refogada</p> <p><b><u>SOBREMESA:</u></b> Manga</p>	<p><b><u>BEBIDA:</u></b> Suco de laranja</p> <p><b><u>REFEIÇÃO:</u></b> Bisnaguinha de cenoura com creme de ricota</p> <p><b><u>SOBREMESA:</u></b> Fruta da época</p>	<p><b><u>BEBIDA:</u></b> Água</p> <p><b><u>SALADA:</u></b> Salada de cenoura ralada e alface</p> <p><b><u>REFEIÇÃO:</u></b>Arroz/ feijão</p> <p>Almôndega ao sugo/Mandioquinha na manteiga</p> <p><b><u>SOBREMESA:</u></b> Melão</p>
14	<p><b><u>BEBIDA:</u></b> Suco de laranja</p> <p><b><u>REFEIÇÃO:</u></b> Pão de forma com queijo branco</p> <p><b><u>SOBREMESA:</u></b> Maçã</p>	<p><b><u>BEBIDA:</u></b> Água</p> <p><b><u>SALADA:</u></b> Salada de pepino</p> <p><b><u>REFEIÇÃO:</u></b>Arroz/ feijão</p> <p>Strogonoff de carne sem creme de leite/ Batata corada</p> <p><b><u>SOBREMESA:</u></b> Abacaxi</p>	<p><b><u>BEBIDA:</u></b> Suco de manga</p> <p><b><u>REFEIÇÃO:</u></b> Bolo de laranja com casca</p> <p><b><u>SOBREMESA:</u></b> Fruta da época</p>	<p><b><u>BEBIDA:</u></b> Água</p> <p><b><u>SALADA:</u></b> Salada deescarola</p> <p><b><u>REFEIÇÃO:</u></b> Risoto/ feijão</p> <p>Frango assado com batatas/ Chuchu refogado</p> <p><b><u>SOBREMESA:</u></b> Creme de abacate</p>
15	<p><b><u>BEBIDA:</u></b> Suco de abacaxi</p> <p><b><u>REFEIÇÃO:</u></b> Biscoito com requeijão</p> <p><b><u>SOBREMESA:</u></b> Manga</p>	<p><b><u>BEBIDA:</u></b> Água</p> <p><b><u>SALADA:</u></b> Salada de alface e couve flor</p> <p><b><u>REFEIÇÃO:</u></b>Arroz/ feijão</p> <p>Isca de frango grelhada/ Abobrinha refogada</p> <p><b><u>SOBREMESA:</u></b> Banana</p>	<p><b><u>BEBIDA:</u></b> Suco de melancia</p> <p><b><u>REFEIÇÃO:</u></b> Pão caseiro manteiga</p> <p><b><u>SOBREMESA:</u></b> Fruta da época</p>	<p><b><u>BEBIDA:</u></b> Água</p> <p><b><u>SALADA:</u></b> Salada de pepino com tomate</p> <p><b><u>REFEIÇÃO:</u></b>risoto de crane/ feijão Quibebe de abóbora/</p> <p><b><u>SOBREMESA:</u></b> Salada de frutas</p>

16	<u>SÁBADO</u>	<u>SÁBADO</u>	<u>SÁBADO</u>	<u>SÁBADO</u>
17	<u>DOMINGO</u>	<u>DOMINGO</u>	<u>DOMINGO</u>	<u>DOMINGO</u>
18	<p><b><u>BEBIDA:</u></b> Suco de mamão</p> <p><b><u>REFEIÇÃO:</u></b> Pão de milho com requeijão</p> <p><b><u>SOBREMESA:</u></b> Manga</p>	<p><b><u>BEBIDA:</u></b> Água</p> <p><b><u>SALADA:</u></b> Salada de cenoura ralada e alface</p> <p><b><u>REFEIÇÃO:</u></b>Arroz/ feijão</p> <p>Escondidinho de carne moída</p> <p><b><u>SOBREMESA:</u></b> Laranja</p>	<p><b><u>BEBIDA:</u></b> Suco de laranja</p> <p><b><u>REFEIÇÃO:</u></b> Pão de forma com creme de ricota</p> <p><b><u>SOBREMESA:</u></b> Fruta da época</p>	<p><b><u>BEBIDA:</u></b> Água</p> <p><b><u>SALADA:</u></b> Salada de alface</p> <p><b><u>REFEIÇÃO:</u></b>Arroz/ feijão</p> <p>Omelete de legumes/ Acelga refogada</p> <p><b><u>SOBREMESA:</u></b> Maçã</p>
19	<p><b><u>BEBIDA:</u></b> Suco de laranja com beterraba</p> <p><b><u>REFEIÇÃO:</u></b> Pão de forma com patê de cenoura</p> <p><b><u>SOBREMESA:</u></b> Melão</p>	<p><b><u>BEBIDA:</u></b> Água</p> <p><b><u>SALADA:</u></b> Salada de escarola</p> <p><b><u>REFEIÇÃO:</u></b>Arroz/ feijão</p> <p>Kibe assado/ Quibebe</p> <p><b><u>SOBREMESA:</u></b> Banana</p>	<p><b><u>BEBIDA:</u></b> Suco de manga</p> <p><b><u>REFEIÇÃO:</u></b> Biscoito de polvilho</p> <p><b><u>SOBREMESA:</u></b> Fruta da época</p>	<p><b><u>BEBIDA:</u></b> Água</p> <p><b><u>SALADA:</u></b> Salada de vagem e repolho</p> <p><b><u>REFEIÇÃO:</u></b>Arroz/ feijão</p> <p>Carne ensopada/ Polenta cremosa</p> <p><b><u>SOBREMESA:</u></b> Pera</p>

20	<p><b><u>BEBIDA:</u></b> Suco de melão com limão</p> <p><b><u>REFEIÇÃO:</u></b> Bisnaguinha com manteiga</p> <p><b><u>SOBREMESA:</u></b> Mamão</p>	<p><b><u>BEBIDA:</u></b> Água</p> <p><b><u>SALADA:</u></b> Salada de acelga</p> <p><b><u>REFEIÇÃO:</u></b>Arroz/ feijão</p> <p>Moela ensopada/ Suflê de legumes</p> <p><b><u>SOBREMESA:</u></b> Maçã assada com canela</p>	<p><b><u>BEBIDA:</u></b> Suco de abacaxi com hortelã</p> <p><b><u>REFEIÇÃO:</u></b> bolo de banana</p> <p><b><u>SOBREMESA:</u></b> Fruta da época</p>	<p><b><u>BEBIDA:</u></b> Água</p> <p><b><u>SALADA:</u></b> Salada de couve com tomate</p> <p><b><u>REFEIÇÃO:</u></b>Arroz/ feijão</p> <p>Carne moída com mandioquinha e vagem</p> <p><b><u>SOBREMESA:</u></b> Uva</p>
21	<p><b><u>BEBIDA:</u></b> Suco de laranja com mamão</p> <p><b><u>REFEIÇÃO:</u></b> Biscoito cream cracker com requeijão</p> <p><b><u>SOBREMESA:</u></b> Melancia</p>	<p><b><u>BEBIDA:</u></b> Água</p> <p><b><u>SALADA:</u></b> Salada de repolho com tomate</p> <p><b><u>REFEIÇÃO:</u></b>Arroz/ feijão</p> <p>Bife de panela/ Couve refogada</p> <p><b><u>SOBREMESA:</u></b> Pera</p>	<p><b><u>BEBIDA:</u></b> Suco de maçã</p> <p><b><u>REFEIÇÃO:</u></b> Bisnaguinha com queijo branco</p> <p><b><u>SOBREMESA:</u></b> Fruta da época</p>	<p><b><u>BEBIDA:</u></b> Água</p> <p><b><u>SALADA:</u></b> Salada de escarola</p> <p><b><u>REFEIÇÃO:</u></b>Arroz/ feijão</p> <p>Filezinho de frango grelhado/ Creme de milho</p> <p><b><u>SOBREMESA:</u></b> Banana</p>
22	<p><b><u>BEBIDA:</u></b> Suco de manga</p> <p><b><u>REFEIÇÃO:</u></b> Bisnaguinha com creme de ricota</p> <p><b><u>SOBREMESA:</u></b> Pera</p>	<p><b><u>BEBIDA:</u></b> Água</p> <p><b><u>SALADA:</u></b> Salada de alface</p> <p><b><u>REFEIÇÃO:</u></b>Arroz/ feijão</p> <p>Isca de frango grelhada/ Creme de espinafre</p> <p><b><u>SOBREMESA:</u></b> Mamão</p>	<p><b><u>BEBIDA:</u></b> Suco de abacaxi</p> <p><b><u>REFEIÇÃO:</u></b> Pão de milho com manteiga</p> <p><b><u>SOBREMESA:</u></b> Fruta da época</p>	<p><b><u>BEBIDA:</u></b> Água</p> <p><b><u>SALADA:</u></b> Salada de beterraba ralada e agrião</p> <p><b><u>REFEIÇÃO:</u></b>Arroz/ feijão Bife a role/ Legumes na manteiga</p> <p><b><u>SOBREMESA:</u></b> Salada de frutas</p>
23				

24				
25				
26				
27				

28				
29				
30				

## Sujeito a alteração!

**Observação: Verduras e legumes são preparados nas refeições!**

**\*Legumes refogados:** Batata, cenoura, mandioquinha, beterraba, inhame, cará, batata doce, chuchu, abobrinha comum, abobrinha 40 dias, berinjela sem semente, vagem, alho-poró, cebola, quiabo, tomate, tomate cereja, couve flor etc (nabo e rabanete – **não**).



**\*Verduras refogadas:** Brócolis ninja, couve flor, repolho comum, repolho roxo, acelga, espinafre, escarola, alface de todos os tipos, almeirão, agrião etc.

**GELATINA NATURAL (ÁGAR E SUCO DE FRUTA NATURAL)**