



## BERÇÁRIO: INTRODUÇÃO ALIMENTAR

Beatriz M. Tabith  
Nutricionista  
CRN 34407



08/01 A 10/01	SNACK MANHÃ	ALMOÇO/ JANTAR (SOBREMESA: FRUTA DA ESTAÇÃO)	SNACK TARDE
SEGUNDA - FEIRA		<b>FÉRIAS</b>	
TERÇA-FEIRA			
QUARTA -FEIRA	<b>BANANA</b>	<b>ARROZ BRANCO, FEIJÃO PRETO, CARNE MOÍDA COM ABOBRINHA E SALADINHA DE ESCAROLA PICADINHA</b>	<b>MELÃO</b>
QUINTA -FEIRA	<b>PERA</b>	<b>SOPINHA DE MACARRÃO DE LETRINHAS COM VAGEM, FRANGO EM PEDACINHOS, CHUCHU E BRÓCOLIS</b>	<b>AMEIXA</b>
SEXTA -FEIRA	<b>MAÇÃ</b>	<b>ARROZ BRANCO, FEIJÃO CARIOCA, FRANGO DESFIADINHA, CENOURA REFOGADA E ACELGA</b>	<b>CREME DE ABACATE</b>



## BERÇÁRIO: INTRODUÇÃO ALIMENTAR

Beatriz M. Tabith  
Nutricionista  
CRN 34407



13/01 A 17/01	SNACK MANHÃ	ALMOÇO/ JANTAR (SOBREMESA: FRUTA DA ESTAÇÃO)	SNACK TARDE
SEGUNDA - FEIRA	CREME DE ABACATE	POLENTINHA, FEIJÃO CARIOCA, CARNE MOÍDA, BRÓCOLIS COZIDO E BETERRABA RALADA	KIWI
TERÇA-FEIRA	PÊSSEGO	BATATA DOCE AMASSADINHA, FEIJÃO CARIOCA, FRANGO EM CUBINHOS, CENOURA REFOGADA E SALADINHA DE REPOLHO	MANGA
QUARTA -FEIRA	MELÃO	ARROZ BRANCO, "FEIJOADINHA" COM CARNE DESFIADA, COUVE MANTEIGA REFOGADA E TOMATE PICADINHO	GOIABA NA PRESSÃO
QUINTA -FEIRA	MAÇÃ	SOPINHA DE MACARRÃO ARGOLINHA COM FRANGO DESFIADO, LENTILHA, ABÓBORA E COUVE -FLOR	MELANCIA BABY
SEXTA -FEIRA	PERA	MANDIOQUINHA AMASSADINHA, FEIJÃO CARIOCA, ISCAS DE CARNE, ABOBRINHA REFOGADA E RÚCULA	LARANJA



## BERÇÁRIO: INTRODUÇÃO ALIMENTAR

Beatriz M. Tabith  
Nutricionista  
CRN 34407



20/01 A 24/01	SNACK MANHÃ	ALMOÇO/ JANTAR (SOBREMESA: FRUTA DA ESTAÇÃO)	SNACK TARDE
SEGUNDA - FEIRA	AMEIXA	ARROZ BRANCO, FEIJÃO CARIOCA, FRANGO GRELHADO EM PEDACINHOS, LEGUMES COZIDOS (ABÓBRINHA COM CENOURA PICADINHA) E SALADINHA DE ALFACE MIMOSA	PÊSSEGO
TERÇA-FEIRA	MAÇÃ	ARROZ BRANCO, FEIJÃO BRANCO, CARNE EM CUBINHOS, ABÓBORA COZIDA E SALADINHA DE BRÓCOLIS	MELÃO
QUARTA -FEIRA	CREME DE ABACATE	ARROZ BRANCO, TUTU DE FEIJÃO, OMELETE DE LEGUMES, COUVE MANTEIGA REFOGADA E SALADINHA DE TOMATE	PERA
QUINTA -FEIRA	BANANA	SOPINHA DE MACARRÃO DE LETRINHAS COM ERVILHAS, FRANGO DESFIADO, CENOURA E COUVE -FLOR	LARANJA LIMA
SEXTA -FEIRA	MAMÃO	BATATA AMASSADINHA, FEIJÃO CARIOCA, CARNE DESFIADINHA E SALADINHA VARIADA	MELANCIA BABY



## BERÇÁRIO: INTRODUÇÃO ALIMENTAR

Beatriz M. Tabith  
Nutricionista  
CRN 34407



27/01 A 31/01	SNACK MANHÃ	ALMOÇO/ JANTAR (SOBREMESA: FRUTA DA ESTAÇÃO)	SNACK TARDE
SEGUNDA - FEIRA	BANANA	ARROZ BRANCO, FEIJÃO CARIOCA, QUIBE DE CARNE COM QUINOA, REPOLHO ROXO REFOGADO E SALADINHA DE PEPINO RALADO	MANGA
TERÇA-FEIRA	PERA	ARROZ BRANCO, FEIJÃO CARIOCA, FRANGO DESFIADO, CHUCHU NO AZEITE DE OLIVA E SALADINHA DE ALFACE ROXA	GOIABA NA PRESSÃO
QUARTA -FEIRA	KIWI	ARROZ BRANCO, "FEIJOADINHA" COM CARNE DESFIADINHA, COUVE MANTEIGA REFOGADA E VINAGRETINHO	LARANJA LIMA
QUINTA -FEIRA	MELANCIA BABY	SOPINHA DE MACARRÃO ARGOLINHA, VAGEM, CARNE MOÍDA, CENOURA E CEBOLINHA	AMEIXA
SEXTA -FEIRA	MAÇÃ	POLENTINHA, FEIJÃO CARIOCA, FRANGO DESFIADO, ESPINAFRE REFOGADO E TOMATE PICADINHO	MELÃO