



# CARDÁPIO BERÇÁRIO

## 2025

Conforme Guia Alimentar para Crianças Menores de 2 anos:

Oferecer três refeições complementares (colação, no almoço, no meio da tarde) para crianças em aleitamento materno;

para aquelas já desmamadas, adicionar mais duas refeições: no início da manhã e no início da noite.

Os cardápios poderão sofrer alterações em razão do abastecimento, sazonalidade e custo dos alimentos. Essas alterações devem ser feitas dentro dos grupos alimentares e não podem prejudicar o valor nutricional das refeições.



Cardápio: Berçário  
 Semana 2  
 Zona urbana  
 Faixa etária: 6 a 11 meses  
 Período : integral

REFEIÇÃO	IDADE	2° FEIRA	3° FEIRA	4° FEIRA	5° FEIRA	6° FEIRA
DESJEJUM 7:30h	6 A 11 MESES	Fórmula infantil 2	Fórmula infantil 2	Fórmula infantil 2	Fórmula infantil 2	Fórmula infantil 2
COLAÇÃO 9:00H		Laranja lima picada	Banana amassada	Mamão amassado	Maçã raspadinha	Pêra picada
ALMOÇO 10:30h		Feijão preto Arroz ovo cozido picado Cenoura cozida	Feijão preto Arroz Frango desfiado Inhame refogado	Feijão preto Arroz Carne moída Polenta	Feijão cariquinho Arroz Frango ao molho desfiado com batata	Feijão preto Arroz Frango desfiado Chuchu refogado
LANCHE 13:00h		Fórmula láctea infantil 2° ou Banana amassada	Fórmula láctea infantil 2° ou /Mamão amassado	Fórmula láctea infantil 2° ou Maça raspadinha	Fórmula láctea infantil 2° ou Pêra picada	Fórmula láctea infantil 2° ou Laranja lima picada
JANTAR 15:30H		Feijão preto Arroz Carne Assada de Panela desfiada Macarrão espaguete	Feijão preto Arroz Bife de panela desfiado Abobrinha cozida	Feijão preto Arroz Frango desfiado Cenoura refogada	Feijão preto Arroz Carne picada Pure de legumes	Feijão preto Arroz Frango ensopado desfiado Abobora cozida

**QUANTIDADE DO ALMOÇO E JANTAR PARA 6 MESES: 2 A 3 COLHERES DE SOPA POR REFEIÇÃO, NA CONSISTÊNCIA DE BEM AMASSADOS ( PAPAS OU PURÊS )**  
**QUANTIDADE DO ALMOÇO E JANTAR PARA 7 MESES: 4 A 5 COLHERES DE SOPA POR REFEIÇÃO, NA CONSISTÊNCIA DE BEM AMASSADOS ( PAPAS OU PURÊS )**  
**QUANTIDADE DO ALMOÇO E JANTAR DE 8 A 11 MESES: 6 A 7 COLHERES DE SOPA POR REFEIÇÃO, NA CONSISTÊNCIA DE LEVEMENTE AMASSADOS OU PICADOS**  
**É OFERTADO ÁGUA FILTRADA NOS INTERVALOS DAS REFEIÇÕES**

**\*Ficar atento à evolução da consistência. \*\*As quantidades sugeridas podem variar de acordo com o apetite e o desenvolvimento da criança.**

Nutricionista: Paula Cascais CRN: 93100365/ SME: 10445

**COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL DIÁRIA SEMANA 2**

	Energia kcal	PTN g	LIP G	CHO g	Ca mg	Fe mg	Retinol mcg	Vit C mg
Segunda feira	943,03	40	36	115	503,52	2,51	469,64	29,40
Terça feira	638,84	31	19	87	222,43	2,60	2479,17	157,66
Quarta feira	684,11	29	19	103	245,13	2,59	264,71	95,18
Quinta feira	899,55	29	34	121	342,65	3,94	3385,78	38,53
Sexta feira	571,43	27	14	86	279,11	3,28	161,01	37,60
Média semanal	747,39	31	24	102	318,57	2,98	1352,06	71,67
Recomendação FNDE : Atender 70%		Necessidade diária: 1280kcal				Atendendo:58,38%		

Cardápio: Berçário  
**Semana 3**  
**Zona urbana**  
**Faixa etária: 6 a 11 meses**  
**Período : integral**

REFEIÇÃO	IDADE	2° FEIRA	3° FEIRA	4° FEIRA	5° FEIRA	6° FEIRA
DESJEJUM 7:00h	6 A 11 MESES	Fórmula infantil 2	Fórmula infantil 2	Fórmula infantil 2	Fórmula infantil 2	Fórmula infantil 2
COLAÇÃO 9:00H		Laranja lima picada	Banana amassada	Mamão amassado	Maçã raspadinha	Pêra picada
ALMOÇO 10:30h		Feijão cariocinha Arroz Peixe ao molho desfiado Pirão	Feijão preto Arroz Carne desfiada Macarrão argolinha	Feijão preto Arroz Frango ao molho desfiado Abobrinha batida	Feijão Cariocinha arroz Carne de panela desfiada	Feijão preto Arroz Frango desfiado Legumes cozidos
LANCHE 13:00h		Fórmula láctea infantil 2° ou Banana amassada	Fórmula láctea infantil 2° ou Mamão amassado	Fórmula láctea infantil 2° ou Maçã raspadinha	Fórmula láctea infantil 2° ou Pêra picada	Fórmula láctea infantil 2° ou Laranja lima picada
JANTAR 15:30H		Feijão preto Arroz Carne de Panela desfiada Abóbora cozida	Feijão preto Arroz Frango ensopado desfiado Repolho e cenoura refogados	Feijão preto Arroz Carne ao molho desfiada Beterraba cozida	Feijão preto Arroz Ovo cozido Chuchu Sauté	Feijão preto Arroz Carne desfiada Purê de legumes

**QUANTIDADE DO ALMOÇO E JANTAR PARA 6 MESES: 2 A 3 COLHERES DE SOPA POR REFEIÇÃO, NA CONSISTÊNCIA DE BEM AMASSADOS ( PAPAS OU PURÊS )**  
**QUANTIDADE DO ALMOÇO E JANTAR PARA 7 MESES: 4 A 5 COLHERES DE SOPA POR REFEIÇÃO, NA CONSISTÊNCIA DE BEM AMASSADOS ( PAPAS OU PURÊS )**  
**QUANTIDADE DO ALMOÇO E JANTAR DE 8 A 11 MESES: 6 A 7 COLHERES DE SOPA POR REFEIÇÃO, NA CONSISTÊNCIA DE LEVEMENTE AMASSADOS OU PICADOS**  
**É OFERTADO ÁGUA FILTRADA NOS INTERVALOS DAS REFEIÇÕES**

**\*Ficar atento à evolução da consistência. \*\*As quantidades sugeridas podem variar de acordo com o apetite e o desenvolvimento da criança.**

Nutricionistas: Paula Cascais CRN: 93100365/ SME: 10445

**COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL DIÁRIA SEMANA 3**

	Energia kcal	PTN g	LIP G	CHO g	Ca mg	Fe mg	Retinol mcg	Vit C mg
Segunda feira	943,03	40	36	115	503,52	2,51	469,64	29,40
Terça feira	638,84	31	19	87	222,43	2,60	2479,17	157,66
Quarta feira	684,11	29	19	103	245,13	2,59	264,71	95,18
Quinta feira	899,55	29	34	121	342,65	3,94	3385,78	38,53
Sexta feira	571,43	27	14	86	279,11	3,28	161,01	37,60
Média semanal	747,39	31	24	102	318,57	2,98	1352,06	71,67
Recomendação FNDE : Atender 70%		Necessidade diária: 1280kcal			Atendendo:58,38%			

**Cardápio: Berçário**  
**Semana 4**  
**Zona urbana**  
**Faixa etária: 6 a 11 meses**  
**Período : integral**

REFEIÇÃO	IDADE	2° FEIRA	3° FEIRA	4° FEIRA	5° FEIRA	6° FEIRA
DESJEJUM 7:00h	6 A 11 MESES	Fórmula infantil 2	Fórmula infantil 2	Fórmula infantil 2	Fórmula infantil 2	Fórmula infantil 2
COLAÇÃO 9:00H	6 A 11 MESES	Laranja lima picada	Banana amassada	Mamão amassado	Maçã raspadinha	Pêra picada
ALMOÇO 10:30h	6 A 11 MESES	Feijão carioquinha Arroz Ovo mexido Cenoura refogada	Feijão preto Arroz Músculo ao molho desfiado Abóbora cozida	Feijão preto Arroz Frango ensopado desfiado Beterraba cozida	Feijão preto Arroz Carne moída Macarrão cabelo de anjo	Feijão preto Arroz Carne ao molho desfiado Legumes picados ( cenoura e chuchu)
LANCHE 13:00h	6 A 11 MESES	Fórmula láctea infantil 2° ou Banana amassada	Fórmula láctea infantil 2° ou Mamão amassado	Fórmula láctea infantil 2° ou Maça raspadinha	Fórmula láctea infantil 2° ou Pêra picada	Fórmula láctea infantil 2° ou Laranja lima picada
JANTAR 15:30H	6 A 11 MESES	Feijão preto Arroz Frango ao molho desfiado Batata doce cozida	Feijão carioquinha Arroz Peixe ensopado desfiado Jardineira de legumes	Feijão preto Arroz Carne ao Molho desfiado Batata doce Cozido	Feijão carioquinha Arroz Frango em cubos desfiado ao molho Chuchu refogado	Feijão preto arroz Frango ao molho desfiado com Repolho

**QUANTIDADE DO ALMOÇO E JANTAR PARA 6 MESES: 2 A 3 COLHERES DE SOPA POR REFEIÇÃO, NA CONSISTÊNCIA DE BEM AMASSADOS ( PAPAS OU PURÊS )**  
**QUANTIDADE DO ALMOÇO E JANTAR PARA 7 MESES: 4 A 5 COLHERES DE SOPA POR REFEIÇÃO, NA CONSISTÊNCIA DE BEM AMASSADOS ( PAPAS OU PURÊS )**  
**QUANTIDADE DO ALMOÇO E JANTAR DE 8 A 11 MESES: 6 A 7 COLHERES DE SOPA POR REFEIÇÃO, NA CONSISTÊNCIA DE LEVEMENTE AMASSADOS OU PICADOS**  
**É OFERTADO ÁGUA FILTRADA NOS INTERVALOS DAS REFEIÇÕES**

**\*Ficar atento à evolução da consistência. \*\*As quantidades sugeridas podem variar de acordo com o apetite e o desenvolvimento da criança.**

Nutricionistas: Paula Cascais CRN: 93100365/ SME: 10445

**COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL DIÁRIA SEMANA 4**

	Energia kcal	PTN g	LIP G	CHO g	Ca mg	Fe mg	Retinol mcg	Vit C mg
Segunda feira	943,03	40	36	115	503,52	2,51	469,64	29,40
Terça feira	638,84	31	19	87	222,43	2,60	2479,17	157,66
Quarta feira	684,11	29	19	103	245,13	2,59	264,71	95,18
Quinta feira	899,55	29	34	121	342,65	3,94	3385,78	38,53
Sexta feira	571,43	27	14	86	279,11	3,28	161,01	37,60
Média semanal	747,39	31	24	102	318,57	2,98	1352,06	71,67
Recomendação FNDE : Atender 70%		Necessidade diária: 1280kcal			Atendendo:58,38%			

**Cardápio: Berçário**  
**Semana 5**  
**Zona urbana**  
**Faixa etária: 6 a 11 meses**  
**Período : integral**

REFEIÇÃO	IDADE	2° FEIRA	3° FEIRA	4° FEIRA	5° FEIRA	6° FEIRA
DESJEJUM 7:00h	6 A 11 MESES	Fórmula infantil 2	Fórmula infantil 2	Fórmula infantil 2	Fórmula infantil 2	Fórmula infantil 2
COLAÇÃO 9:00H	6 A 11 MESES	Laranja lima picada	Banana amassada	Mamão amassado	Maçã raspadinha	Pêra picada
ALMOÇO 10:30h	6 A 11 MESES	Feijão cariquinha Arroz Ovo cozido Legumes sauté ( batata, cenoura e chuchu )	Feijão preto Arroz Músculo ao molho desfiado Purê de batata	Feijão preto Arroz Frango ensopado desfiado Cenoura cozida	Feijão preto Arroz Músculo desfiado Beterraba cozida	Feijão preto Arroz Frango ao molho desfiado Inhame cozido
LANCHE 13:00h	6 A 11 MESES	Fórmula láctea infantil 2° ou Banana amassada	Fórmula láctea infantil 2° ou Mamão amassado	Fórmula láctea infantil 2° ou Maçã raspadinha	Fórmula láctea infantil 2° ou Pêra picada	Fórmula láctea infantil 2° ou Laranja lima picada
JANTAR 15:30H	6 A 11 MESES	Feijão preto Arroz Frango ao molho desfiado Polenta	Feijão preto Arroz Peixe ao molho desfiado Pirão	Feijão preto Arroz Carne ao Molho desfiada Macarrão argolinha	Feijão cariquinha Arroz Frango em cubos desfiado ao molho Abobrinha refogado	Feijão preto arroz Carne em cubos desfiado com Abóbora cozida

**QUANTIDADE DO ALMOÇO E JANTAR PARA 6 MESES: 2 A 3 COLHERES DE SOPA POR REFEIÇÃO, NA CONSISTÊNCIA DE BEM AMASSADOS ( PAPAS OU PURÊS )**  
**QUANTIDADE DO ALMOÇO E JANTAR PARA 7 MESES: 4 A 5 COLHERES DE SOPA POR REFEIÇÃO, NA CONSISTÊNCIA DE BEM AMASSADOS ( PAPAS OU PURÊS )**  
**QUANTIDADE DO ALMOÇO E JANTAR DE 8 A 11 MESES: 6 A 7 COLHERES DE SOPA POR REFEIÇÃO, NA CONSISTÊNCIA DE LEVEMENTE AMASSADOS OU PICADOS**  
**É OFERTADO ÁGUA FILTRATA NOS INTERVALOS DAS REFEIÇÕES**

**\*Ficar atento à evolução da consistência. \*\*As quantidades sugeridas podem variar de acordo com o apetite e o desenvolvimento da criança.**

Nutricionistas: Paula Cascais CRN: 93100365/ SME: 10445

**COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL DIÁRIA SEMANA 4**

	Energia kcal	PTN g	LIP G	CHO g	Ca mg	Fe mg	Retinol mcg	Vit C mg
Segunda feira	943,03	40	36	115	503,52	2,51	469,64	29,40
Terça feira	638,84	31	19	87	222,43	2,60	2479,17	157,66
Quarta feira	684,11	29	19	103	245,13	2,59	264,71	95,18
Quinta feira	899,55	29	34	121	342,65	3,94	3385,78	38,53
Sexta feira	571,43	27	14	86	279,11	3,28	161,01	37,60
Média semanal	747,39	31	24	102	318,57	2,98	1352,06	71,67
Recomendação FNDE : Atender 70%			Necessidade diária: 1280kcal			Atendendo:58,38%		

