



CARDÁPIO

INVERNO

JULHO - 2022 BERÇÁRIO



SEMANA 1

SEMANA 2

SEMANA 5

SEG

04/07
CAFÉ DA MANHÃ:
FÓRMULA INFANTIL

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

FRUTA:
ABACAXI SEM MIOLO

25/07
CAFÉ DA MANHÃ:
FÓRMULA INFANTIL

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

FRUTA:
MAÇÃ RASPADA

TER

05/07
CAFÉ DA MANHÃ:
FÓRMULA INFANTIL

REFEIÇÃO:
FEIJÃO CARIOCA BATIDO, CARNE
SUÍNA DESFIADA, S/ LINGUIÇA,
CEBOLA, CHEIRO VERDE

FRUTA:
MAMÃO AMASSADO

26/07
CAFÉ DA MANHÃ:
FÓRMULA INFANTIL

REFEIÇÃO:
ARROZ PAPA, FEIJÃO BATIDO,
CARNE SUÍNA DESFIADA,
ABÓBORA COZIDA E AMASSADA E
REPOLHO REFOGADO

FRUTA:
BANANA AMASSADA

QUA

06/07
CAFÉ DA MANHÃ:
FÓRMULA INFANTIL

REFEIÇÃO:
ARROZ PAPA, FEIJÃO BATIDO,
POLENTA, FRANGO E MOSTARDA
REFOGADA

FRUTA:
MAÇÃ RASPADA

27/07
CAFÉ DA MANHÃ:
FÓRMULA INFANTIL

REFEIÇÃO:
ARROZ PAPA, FEIJÃO BATIDO,
CARNE MOÍDA E CENOURA
COZIDA

FRUTA:
ABACAXI SEM MIOLO

QUI

07/07
CAFÉ DA MANHÃ:
FÓRMULA INFANTIL

REFEIÇÃO:
ARROZ PAPA, FEIJÃO CARIOCA
BATIDO, CARNE BOVINA
DESMIADA E COUVE-FLOR
PICADINHA C/ CENOURA
AMASSADA

FRUTA:
BANANA AMASSADA

28/07
CAFÉ DA MANHÃ:
FÓRMULA INFANTIL

REFEIÇÃO:
ARROZ PAPA, BATATA AMASSADA
COM FRANGO DESMIADO E
TOMATE PICADINHO

FRUTA:
MAMÃO AMASSADO

SEX

01/07
CAFÉ DA MANHÃ:
FORMULA INFANTIL

REFEIÇÃO:
ARROZ PAPA, FRANGO DESMIADO
COM EXTRATO DE TOMATE E
TOMATE PICADO

SUCO:
SUCO NATURAL DE ABACAXI (SEM
AÇÚCAR)

08/07
CAFÉ DA MANHÃ:
FÓRMULA INFANTIL

REFEIÇÃO:
ARROZ PAPA, FEIJOADA C/
PERNIL DESMIADO S/ LINGUIÇA
COM COUVE REFOGADA

FRUTA:
MELANCIA

29/07
CAFÉ DA MANHÃ:
FÓRMULA INFANTIL

REFEIÇÃO:
ARROZ PAPA, FEIJÃO CARIOCA
BATIDO, ABÓBORA E CENOURA
COZIDAS E AMASSADAS, CARNE
SUÍNA DESMIADA, COUVE
REFOGADA

FRUTA:
MAÇÃ RASPADA

Recesso escolar 11/07 à 22/07

*Cardápios sujeitos a alterações

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA SEMANAL								
MODALIDADE	KCAL	PROTEÍNA (G)	GORDURA (G)	CARBOIDRATO (G)	CÁLCIO (MG)	FERRO	RETINOL	VIT.C
MATERNAL	215,50	7	5	37	104,04	2,08	120,46	40,19



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



Marina M. Braga
Marina Marcolino Braga
Nutricionista
CRM 21836