



CARDÁPIO MENSAL - JUNHO/2026 (BERÇÁRIO)

Nutricionista responsável por montar o cardápio: Mikaele Cristhine dos Santos Silva / CRN - 3 85076

DIA	SALADA 1	SALADA 2	PRATO PRINCIPAL	GUARNIÇÃO	SOBREMESA
1 SEG	Alface	Tomate	Carne moída refogada	Cenoura cozida	Laranja
2 TER	Mix de folhas	Cenoura ralada	Frango ensopado	Batata assada	Mexerica
3 QUA	Acelga	Vagem cozida	Picadinho de frango	Abóbora cabotia cozida	Maçã
4 QUI					
5 SEX					
6 SÁB					
7 DOM					
8 SEG	Escarola	Tomate	Carne moída refogada	Chuchu refogado	Melancia
9 TER	Mix de folhas	Cenoura ralada	Frango grelhado	Purê de batata	Banana
10 QUA	Alface	Beterraba ralada	Bife de panela	Abobrinha refogada	Mamão
11 QUI	Acelga	Tomate	Frango em cubos	Beterraba cozida	Kiwi
12 SEX	Alface	Vagem cozida	Peixe grelhado	Mandioquinha cozida	Laranja
13 SÁB					
14 DOM					
15 SEG	Acelga	Tomate	Carne cozida	Batata assada	Maçã
16 TER	Mix de folhas	Batata e cenoura cozido	Carne de panela desfiada	Purê de abóbora cabotia	Uva s/ caroço cortada em 4 pedaços
17 QUA	Alface	Tomate	Frango grelhado	Couve refogada	Laranja
18 QUI	Acelga	Beterraba ralada	Bife de panela	Brócolis cozido	Manga
19 SEX	Alface	Chuchu refogado	Carne moída	Beterraba cozida	Melancia
20 SÁB					
21 DOM					
22 SEG	Escarola	Cenoura ralada	Frango desfiado	Couve refogada	Laranja
23 TER	Alface	Tomate	Bife grelhado	Batata assada	Melão
24 QUA	Mix de folhas	Vagem cozida	Carne moída refogada	Abobrinha refogada	Banana
25 QUI	Alface	Cenoura ralada	Iscas de frango	Couve flor cozida	Kiwi
26 SEX	Mix de folhas	Tomate	Peixe grelhado	Milho	Maçã
27 SÁB					
28 DOM					
29 SEG	Alface	Tomate	Farngo a rolê	Chuchu refogado	Mamão
30 TER	Acelga	Cenoura ralada	Frango em cubos	Abobrinha refogada	Uva s/ caroço cortada em 4 pedaços

OPCIONAL: Ovo