



NOVEMBRO 2024 - CRIANÇAS DE 6 A 12 MESES - SEMANA 1



					SEXTA-FEIRA (01/11)
DESJEJUM					LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL
COLAÇÃO					FRUTA
ALMOÇO					ARROZ, FEIJÃO, STROGONOFF DE FRANGO. SALADA DE REPOLHO COZIDO
LANCHE					LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL/FRUTA
JANTAR					SOPA DE FEIJÃO COM MACARRÃO E CENOURA

A ordem dos LANCHES pode ser invertida para facilitar a aceitação do cardápio pelos alunos (desde que sejam do mesmo dia).

Os hortifrutis do cardápio podem sofrer alterações devido a safra, colheita, clima ou problemas no fornecimento.

Crianças com seletividade alimentar poderão ter outras opções de alimentos, conforme orientação da nutricionista e/ou coordenadora AEE

"É EXPRESSAMENTE PROIBIDO ADICIONAR AÇÚCAR EM QUALQUER PREPARAÇÃO!"

As frutas oferecidas podem ser: maçã, banana, laranja, poncã, melancia, manga, abacate, melão, pêra, morango, abacaxi (respeitando a safra de cada uma);

Consistência:

4 e 6 meses = amassado com o garfo 7 a 12 meses = alimentos macios picados em pedaços pequenos, desfiados A partir de 12 meses = consistência demais alunos

Obs: as carnes e legumes devem ser bem cozidos e oferecidos em pedaços bem pequenos;

Posição:

A criança deve estar sentada, com uma postura reta, em um local confortável e seguro.

A comida deve ser oferecida separada. Não deve ser peneirada e nem liquidificada.



NOVEMBRO 2024 - CRIANÇAS DE 6 A 12 MESES - SEMANA 2



	SEGUNDA-FEIRA (04/11)	TERÇA-FEIRA (05/11)	QUARTA-FEIRA (06/11)	QUINTA-FEIRA (07/11)	SEXTA-FEIRA (08/11)
DESJEJUM	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL
COLAÇÃO	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA
ALMOÇO	POLENTA CREMOSA COM MOLHO DE FRANGO E LEGUMES. SALADA DE TOMATE	MACARRONADA COM MOLHO DE CARNE MOÍDA. FEIJÃO. SALADA DE BRÓCOLIS	ARROZ, FEIJÃO, FRANGO ASSADO COM BATATAS. SALADA DE REPOLHO COZIDO	CARRETEIRO COM LEGUMES E CARNE BOVINA. FEIJÃO. SALADA DE ACELGA	ARROZ, FEIJÃO, OMELETE COM TOMATE E TEMPERO VERDE. SALADA DE CENOURA COZIDA
LANCHE	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL/FRUTA	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL/FRUTA	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL/FRUTA	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL/FRUTA	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL/FRUTA
JANTAR	QUIRERA COM CARNE SUÍNA, TOMATE, CENOURA E TEMPERO VERDE	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES	SOPA DE FEIJÃO COM MACARRÃO, CHUCHU E ABÓBORA	POLENTA CREMOSA COM MOLHO DE CARNE MOÍDA, CENOURA E BRÓCOLIS	SOPA DE LEGUMES COM MACARRÃO E CARNE DE FRANGO

A ordem dos LANCHES pode ser invertida para facilitar a aceitação do cardápio pelos alunos (desde que sejam do mesmo dia).

Os hortifrutis do cardápio podem sofrer alterações devido a safra, colheita, clima ou problemas no fornecimento.

Crianças com seletividade alimentar poderão ter outras opções de alimentos, conforme orientação da nutricionista e/ou coordenadora AEE

"É EXPRESSAMENTE PROIBIDO ADICIONAR AÇÚCAR EM QUALQUER PREPARAÇÃO!"

As frutas oferecidas podem ser: maçã, banana, laranja, poncã, melancia, manga, abacate, melão, pêra, morango, abacaxi (respeitando a safra de cada uma);

Consistência:

4 e 6 meses = amassado com o garfo 7 a 12 meses = alimentos macios picados em pedaços pequenos, desfiados A partir de 12 meses = consistência demais alunos

Obs: as carnes e legumes devem ser bem cozidos e oferecidos em pedaços bem pequenos;

Posição:

A criança deve estar sentada, com uma postura reta, em um local confortável e seguro.

A comida deve ser oferecida separada. Não deve ser peneirada e nem liquidificada.



NOVEMBRO 2024 - CRIANÇAS DE 6 A 12 MESES - SEMANA 3



	SEGUNDA-FEIRA (11/11)	TERÇA-FEIRA (12/11)	QUARTA-FEIRA (13/11)	QUINTA-FEIRA (14/11)	SEXTA-FEIRA (15/11)
DESJEJUM	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL	FERIADO
COLAÇÃO	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	
ALMOÇO	ARROZ, LENTILHA, CARNE SUÍNA ASSADA. SALADA DE BRÓCOLIS	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES. FEIJÃO. SALADA DE BETERRABA	ARROZ, FEIJÃO, PURÊ DE BATATA COM MOLHO DE CARNE MOÍDA. SALADA DE REPOLHO	ARROZ, FEIJÃO, CARNE DE PANELA COM CENOURA. SALADA DE TOMATE	
LANCHE	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL/FRUTA	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL/FRUTA	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL/FRUTA	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL/FRUTA	
JANTAR	QUIRERA COM CARNE SUÍNA E LEGUMES	MACARRONADA COM MOLHO DE FRANGO E LEGUMES	POLENTA COM MOLHO DE CARNE MOÍDA E LEGUMES	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES	

A ordem dos LANCHES pode ser invertida para facilitar a aceitação do cardápio pelos alunos (desde que sejam do mesmo dia).

Os hortifrutis do cardápio podem sofrer alterações devido a safra, colheita, clima ou problemas no fornecimento.

Crianças com seletividade alimentar poderão ter outras opções de alimentos, conforme orientação da nutricionista e/ou coordenadora AEE

"É EXPRESSAMENTE PROIBIDO ADICIONAR AÇÚCAR EM QUALQUER PREPARAÇÃO!"

As frutas oferecidas podem ser: maçã, banana, laranja, poncã, melancia, manga, abacate, melão, pêra, morango, abacaxi (respeitando a safra de cada uma);

Consistência:

4 e 6 meses = amassado com o garfo 7 a 12 meses = alimentos macios picados em pedaços pequenos, desfiados A partir de 12 meses = consistência demais alunos

Obs: as carnes e legumes devem ser bem cozidos e oferecidos em pedaços bem pequenos;

Posição:

A criança deve estar sentada, com uma postura reta, em um local confortável e seguro.

A comida deve ser oferecida separada. Não deve ser peneirada e nem liquidificada.



NOVEMBRO 2024 - CRIANÇAS DE 6 A 12 MESES - SEMANA 4



	SEGUNDA-FEIRA (18/11)	TERÇA-FEIRA (19/11)	QUARTA-FEIRA (20/11)	QUINTA-FEIRA (21/11)	SEXTA-FEIRA (22/11)
DESJEJUM	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL	FERIADO	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL
COLAÇÃO	FRUTA	FRUTA		FRUTA	FRUTA
ALMOÇO	ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA COM TOMATE E TEMPERO VERDE. SALADA DE BETERRABA	MACARRONADA COM MOLHO DE CARNE MOÍDA. FEIJÃO. SALADA DE CHUCHU		RISOTO DE CARNE MOÍDA COM LEGUMES. SALADA DE REPOLHO	ARROZ, FEIJÃO, STROGONOFF DE GADO. SALADA DE CENOURA RALADA
LANCHE	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL/FRUTA	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL/FRUTA		LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL/FRUTA	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL/FRUTA
JANTAR	SOPA DE FEIJÃO COM MACARRÃO E BATATA	QUIRERA COM CARNE SUÍNA REFOGADA, CENOURA E TEMPERO VERDE		POLENTA CREMOSA COM MOLHO DE CARNE MOÍDA	MACARRONADA COM MOLHO DE FRANGO

A ordem dos LANCHES pode ser invertida para facilitar a aceitação do cardápio pelos alunos (desde que sejam do mesmo dia).

Os hortifrutis do cardápio podem sofrer alterações devido a safra, colheita, clima ou problemas no fornecimento.

Crianças com seletividade alimentar poderão ter outras opções de alimentos, conforme orientação da nutricionista e/ou coordenadora AEE

"É EXPRESSAMENTE PROIBIDO ADICIONAR AÇÚCAR EM QUALQUER PREPARAÇÃO!"

As frutas oferecidas podem ser: maçã, banana, laranja, poncã, melancia, manga, abacate, melão, pêra, morango, abacaxi (respeitando a safra de cada uma);

Consistência:

4 e 6 meses = amassado com o garfo 7 a 12 meses = alimentos macios picados em pedaços pequenos, desfiados A partir de 12 meses = consistência demais alunos

Obs: as carnes e legumes devem ser bem cozidos e oferecidos em pedaços bem pequenos;

Posição:

A criança deve estar sentada, com uma postura reta, em um local confortável e seguro.

A comida deve ser oferecida separada. Não deve ser peneirada e nem liquidificada.



NOVEMBRO 2024 - CRIANÇAS DE 6 A 12 MESES - SEMANA 5



	SEGUNDA-FEIRA (25/11)	TERÇA-FEIRA (26/11)	QUARTA-FEIRA (27/11)	QUINTA-FEIRA (28/11)	SEXTA-FEIRA (29/11)
DESJEJUM	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL
COLAÇÃO	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA
ALMOÇO	ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA COM BATATAS E TOMATE. SALADA DE BETERRABA	ARROZ, LENTILHA COM CARNE SUÍNA. FAROFA DE OVO E SALADA DE TOMATE	MACARRONADA COM MOLHO DE FRANGO. FEIJÃO. SALADA DE CHUCHU	ARROZ, FEIJÃO, STROGONOFF DE FRANGO. SALADA DE BRÓCOLIS	ARROZ, FEIJÃO, MACARRONADA COM ALMÔNDEGAS. SALADA DE REPOLHO
LANCHE	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL/FRUTA	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL/FRUTA	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL/FRUTA	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL/FRUTA	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL/FRUTA
JANTAR	SOPA DE LEGUMES COM MACARRÃO E CARNE BOVINA	POLENTA COM MOLHO DE CARNE MOÍDA E BATATA	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES	SOPA DE FEIJÃO COM MACARRÃO E CENOURA	QUIRERA COM CARNE SUÍNA E LEGUMES

A ordem dos LANCHES pode ser invertida para facilitar a aceitação do cardápio pelos alunos (desde que sejam do mesmo dia).

Os hortifrutis do cardápio podem sofrer alterações devido a safra, colheita, clima ou problemas no fornecimento.

Crianças com seletividade alimentar poderão ter outras opções de alimentos, conforme orientação da nutricionista e/ou coordenadora AEE

"É EXPRESSAMENTE PROIBIDO ADICIONAR AÇÚCAR EM QUALQUER PREPARAÇÃO!"

As frutas oferecidas podem ser: maçã, banana, laranja, poncã, melancia, manga, abacate, melão, pêra, morango, abacaxi (respeitando a safra de cada uma);

Consistência:

4 e 6 meses = amassado com o garfo 7 a 12 meses = alimentos macios picados em pedaços pequenos, desfiados A partir de 12 meses = consistência demais alunos

Obs: as carnes e legumes devem ser bem cozidos e oferecidos em pedaços bem pequenos;

Posição:

A criança deve estar sentada, com uma postura reta, em um local confortável e seguro.

A comida deve ser oferecida separada. Não deve ser peneirada e nem liquidificada.