

**Berçário Abril - Alergia a leite de vaca (APLV)**

REFEIÇÕES	SEGUNDA - 30/03/26	TERÇA - 31/03/26	QUARTA - 01/04/26	QUINTA - 02/04/26	SEXTA - 03/04/26			
Lanche da manhã	Dia não incluído no cardápio	Dia não incluído no cardápio	Fruta banana picada/ amassada	Fruta mamão picado/amassado	Fruta Maça picada/ralada			
Almoço	Dia não incluído no cardápio	Dia não incluído no cardápio	Arroz cozido   Feijão preto   Carne moída com extrato de tomate   Batata inglesa cozida	Risoto de frango (arroz, frango, cheiro verde)   Salada de cenoura	Sopa frango(coxa/sobrecoxa)batata/cenoura, cab anjo			
Lanche da Tarde	Dia não incluído no cardápio	Dia não incluído no cardápio	Fruta mamão picado/amassado	Fruta Maça picada/ralada	Fruta Manga Palmer picada, amassada			
Jantar	Dia não incluído no cardápio	Dia não incluído no cardápio	Polenta com molho de carne moída	Sopa feijão, legumes(batata/cenoura/chuchu) caramujinho	Arroz cozido   Feijão preto   Batata inglesa cozida   Carne musculo refogado desfiado			
<b>Adequação Nutricional:</b>	<b>Energia (kcal/kJ):</b> 577.17 / 2414.85	<b>Proteína (g):</b> 25.55	<b>Lipídeos (g):</b> 12.78	<b>Carboidratos (g):</b> 92.30	<b>Cálcio (mg):</b> 80.88	<b>Ferro (g):</b> 4.21	<b>Retinol (mcg):</b> 1.13	<b>Vitamina C (mg):</b> 50.65
REFEIÇÕES	SEGUNDA - 06/04/26	TERÇA - 07/04/26	QUARTA - 08/04/26	QUINTA - 09/04/26	SEXTA - 10/04/26			
Lanche da manhã	Fruta Maça picada/ralada	Fruta pera picada/ amassada	Fruta Manga Palmer picada, amassada	Fruta mamão picado/amassado	Fruta banana picada/ amassada			
Almoço	Batata inglesa cozida   Arroz cozido   Carne frango coxa e sobrecoxa desfiado com extrato de tomate	Sopa frango(coxa/sobrecoxa)batata/cenoura/repolho, cab anjo	Feijão preto   Arroz cozido   Salada de tomate	Polenta com molho de carne de frango	Risoto de frango (arroz, frango, cheiro verde)   salada de brócolis			
Lanche da Tarde	Fruta pera picada/ amassada	Fruta banana picada/ amassada	Fruta Maça picada/ralada	Fruta Manga Palmer picada, amassada	Fruta mamão picado/amassado			
Jantar	Sopa feijão legumes(batata/repolho)musculo, cab anjo	Feijão preto   Refogado de couve   Arroz cozido   Carne musculo refogado desfiado	Sopa de frango (coxa/sobrecoxa)batata/cenoura/repolho, caramujinho	Feijão preto   Carne moída refogada   Arroz cozido   Salada de cenoura e tomate	Sopa frango(coxa/sobrecoxa)batata/cenoura, cab anjo			
<b>Adequação Nutricional:</b>	<b>Energia (kcal/kJ):</b> 537.57 / 2249.15	<b>Proteína (g):</b> 23.87	<b>Lipídeos (g):</b> 13.43	<b>Carboidratos (g):</b> 82.69	<b>Cálcio (mg):</b> 73.95	<b>Ferro (g):</b> 3.52	<b>Retinol (mcg):</b> 1.49	<b>Vitamina C (mg):</b> 45.96

Observações: \_\_\_\_\_

REFEIÇÕES	SEGUNDA - 13/04/26	TERÇA - 14/04/26	QUARTA - 15/04/26	QUINTA - 16/04/26	SEXTA - 17/04/26			
Lanche da manhã	Fruta pera picada/ amassada	Fruta abacate	Fruta Maça picada/ralada	Fruta banana picada/ amassada	Fruta mamão picado/amassado			
Almoço	Polenta com molho de carne moída	Arroz cozido   Refogado Abobrinha picada simples   Carne musculo refogado desfiado	Sopa feijão, legumes(batata/cenoura/chuchu) argolinha	Risoto de frango (arroz, frango, cheiro verde)   salada de couve flor	Arroz cozido   Feijão preto   Batata inglesa cozida   Carne musculo refogado desfiado			
Lanche da Tarde	Fruta Maça picada/ralada	Fruta banana picada/ amassada	Fruta mamão picado/amassado	Fruta pera picada/ amassada	Fruta abacate			
Jantar	Arroz cozido   Feijão preto   Batata inglesa cozida   Carne Frango coxa e sobrecoxa refogada	Sopa feijão, legumes(batata/couve) cab anjo	Salada de beterraba   Arroz cozido   Carne Frango coxa e sobrecoxa refogada	Sopa frango(coxa/sobrecoxa)batata/cenoura, cab anjo	Polenta com molho de carne de frango   Salada de cenoura			
<b>Adequação Nutricional:</b>	<b>Energia (kcal/kJ):</b> 532.28 / 2227.05	<b>Proteína (g):</b> 21.79	<b>Lipídeos (g):</b> 13.02	<b>Carboidratos (g):</b> 84.39	<b>Cálcio (mg):</b> 65.73	<b>Ferro (g):</b> 3.39	<b>Retinol (mcg):</b> 1.08	<b>Vitamina C (mg):</b> 33.49
REFEIÇÕES	SEGUNDA - 20/04/26	TERÇA - 21/04/26	QUARTA - 22/04/26	QUINTA - 23/04/26	SEXTA - 24/04/26			
Lanche da manhã	Fruta banana picada/ amassada	Fruta mamão picado/amassado	Fruta melão picado/ amassado	Fruta abacate	Fruta Maça picada/ralada			
Almoço	Batata inglesa cozida   Carne moída com extrato de tomate   Arroz cozido	Polenta com molho de carne de frango   salada de couve flor	Feijão preto   Refogado de couve   Arroz cozido   Carne musculo refogado desfiado	Sopa feijão legumes(batata/chuchu) cab anjo	Risoto de frango (arroz, frango, cheiro verde)   Salada de Chuchu			
Lanche da Tarde	Fruta Maça picada/ralada	Fruta abacate	Fruta banana picada/ amassada	salada fruta 3 (banana/maça/mamão)	Fruta mamão picado/amassado			
Jantar	Sopa feijão legumes(batata/repolho)musculo, cab anjo	Arroz cozido   Feijão preto   Carne frango coxa e sobrecoxa desfiado com extrato de tomate   Batata inglesa cozida	Sopa frango(coxa/sobrecoxa)batata/cenoura/repolho, cab anjo	Arroz cozido   Salada de tomate   Refogado de repolho	Sopa feijão legumes(cenoura/chuchu) cab anjo			
<b>Adequação Nutricional:</b>	<b>Energia (kcal/kJ):</b> 537.34 / 2248.23	<b>Proteína (g):</b> 22.86	<b>Lipídeos (g):</b> 12.96	<b>Carboidratos (g):</b> 85.19	<b>Cálcio (mg):</b> 74.73	<b>Ferro (g):</b> 3.82	<b>Retinol (mcg):</b> 0.97	<b>Vitamina C (mg):</b> 48.00

Observações: \_\_\_\_\_

REFEIÇÕES	SEGUNDA - 27/04/26	TERÇA - 28/04/26	QUARTA - 29/04/26	QUINTA - 30/04/26	SEXTA - 01/05/26			
Lanche da manhã	Fruta banana picada/amassada	Fruta Maça picada/ralada	Fruta abacate	Fruta Manga Palmer picada, amassada	Fruta mamão picado/amassado			
Almoço	Feijão preto   Carne musculo refogado desfiado   Arroz cozido   Refogado Abobrinha picada simples	Sopa frango(coxa/sobrecoxa)batata/cenoura, cab anjo	Arroz cozido   Feijão preto   Carne moída com extrato de tomate   Batata inglesa cozida	Risoto de frango (arroz, frango, cheiro verde)   Salada de repolho	Sopa feijão legumes(cenoura/chuchu) cab anjo			
Lanche da Tarde	Fruta abacate	Fruta banana picada/amassada	Fruta mamão picado/amassado	Fruta Maça picada/ralada	Fruta Manga Palmer picada, amassada			
Jantar	Sopa de frango (coxa/sobrecoxa)batata/cenoura/repolho, caramujinho	Salada de Chuchu   Arroz cozido   Feijão preto   Carne moída refogada	Polenta com molho de carne moída   Salada de cenoura e tomate	Sopa feijão, legumes(batata/cenoura/chuchu) caramujinho	Salada de beterraba   Arroz cozido   Carne Frango coxa e sobrecoxa refogada			
<b>Adequação Nutricional:</b>	<b>Energia (kcal/kJ):</b> 579.30 / 2423.77	<b>Proteína (g):</b> 24.70	<b>Lipídeos (g):</b> 14.26	<b>Carboidratos (g):</b> 90.57	<b>Cálcio (mg):</b> 82.45	<b>Ferro (g):</b> 4.14	<b>Retinol (mcg):</b> 1.18	<b>Vitamina C (mg):</b> 44.17

Observações: \_\_\_\_\_