



CARDÁPIO ESPERANTO BABY II - DEZEMBRO

REFEIÇÕES	Segunda-feira 02	Terça-feira 03	Quarta-feira 04	Quinta-feira 05	Sexta-feira 06
LANCHE MANHÃ	Suco natural Pão carteira coco e canela c/ creme de ricota Panqueca americana caseira Mamão	Suco natural Panqueca de cacau caseira Milho cozido Banana c/ aveia	Suco Natural Cuscuz Ovos mexidos Melancia	Suco natural Pãozinho de leite c/ creme de ricota Biscoito de arroz Mamão c/ aveia	Suco natural Muffin de espinafre Biscoito de polvilho Maçã
ALMOÇO	Arroz branco/Feijão Frango desfiado Brócolis ao vapor Repolho roxo refogado Maçã	Arroz branco/Feijão Picadinho de carne Cenoura cozida Vagem refogada Melancia	Arroz branco/Feijão Frango xadrez Beterraba cozida Escarola refogada Pera	Arroz branco/Feijão Stroganoff de carne Batata cozida Repolho roxo refogado Banana	Arroz branco/Feijão Tirinhas de frango grelhado Yakissoba de legumes Espinafre refogado Manga
LANCHE TARDE	Suco natural Mini pão de queijo Bolo de laranja caseiro Melancia	Suco natural Bolo caseiro de chocolate Tomate cereja Maçã	Suco natural Tapioca c/ queijo Panqueca de banana caseira Manga	Suco natural Pãozinho de milho c/ creme de ricota Bolo de laranja caseiro Melão	Suco natural Crepioica Torta de frango Caseira Banana
JANTAR	Arroz branco/Feijão Bife de panela Chuchu e cenoura cozidos Repolho verde refogado Pera	Arroz branco/Feijão Frango de panela Macarrão ao azeite c/ cenoura Acelga refogada Manga	Arroz branco/Feijão Tirinhas de carne acebolada Sufê de legumes Repolho verde refogado Laranja	Arroz branco/Feijão Isclas de frango crocante Polenta Couve refogada Maçã	Arroz branco/Feijão Carne moída c/ abóbora Espinafre refogado Pera

Observação: Aos 12 meses a consistência pode ter pouca ou nenhuma modificação e as carnes podem ser servidas bem cozidas em pedaços pequenos.

Ensinando desde cedo que comer bem é uma lição pra vida toda.



CARDÁPIO ESPERANTO BABY II - DEZEMBRO

REFEIÇÕES	Segunda-feira 09	Terça-feira 10	Quarta-feira 11	Quinta-feira 12	Sexta-feira 13
LANCHE MANHÃ	Suco natural Pãozinho de milho c/ queijo mussarela Panqueca de cacau caseira Pera	Suco natural Milho cozido Cookies de banana Banana	Suco natural Bolo de milho caseiro Cenoura baby Mamão	Suco natural Batata doce Panqueca de maçã caseira Abacate c/ banana	Suco natural Mini pão de queijo Omelete Melão
ALMOÇO	Arroz branco/Feijão Omelete de forno Legumes salteados Repolho roxo refogado Melancia	Arroz branco/Feijão Peixe assado c/ legumes Lentilha cozida c/ espinafre Pera	Arroz branco/Feijão preto Frango acebolado Beterraba cozida Couve refogada Melancia	Arroz branco/Feijão Hambúrguer de soja Macarrão ao molho de tomate natural Repolho roxo refogado Pera	Arroz branco/Feijão Strogonoff de frango Batata cozida Vagem refogada Maçã
LANCHE TARDE	Suco natural Crepioaca Queijo minas Banana	Suco natural Pão de leite c/ creme de ricota Tomate cereja Salada de frutas	Suco natural Cuscuz Ovos Mexidos Pera	Suco natural Pão de leite c/ queijo Mussarela Torrada c/ manteiga Manga	Suco natural Panqueca americana caseira Torta de queijo branco c/ espinafre Banana c/ aveia
JANTAR	Arroz branco/Feijão Isclas de carne Macarrão ao molho de tomate natural Couve refogada Maçã	Arroz branco/Feijão Filézinho de frango c/ tomate Abobrinha cozida Escarola refogada Manga	Arroz branco/Feijão Bife acebolado Purê de batata Acelga refogada Laranja	Arroz branco/Feijão Frango em tiras c/ pimentões Abóbora cozida Escarola refogada Melancia	Arroz branco/Feijão Carne em cubos ao molho Cenoura cozida Espinafre refogado Pera

Observação: Aos 12 meses a consistência pode ter pouca ou nenhuma modificação e as carnes podem ser servidas bem cozidas em pedaços pequenos.

Ensinando desde cedo que comer bem é uma lição pra vida toda.