



**Cardápio para 1<sup>a</sup>, 3<sup>a</sup> e 5<sup>a</sup> semana**

Refeição/Dia	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
<b>Café da Manhã</b>	Fórmula/leite sem açúcar  Pão com requeijão (umedecer no leite)	Fórmula/leite sem açúcar  Pão com requeijão (umedecer no leite)	Fórmula/leite sem açúcar  Pão com requeijão (umedecer no leite)	Fórmula/leite sem açúcar  Pão com requeijão (umedecer no leite)	Fórmula/leite sem açúcar  Pão com requeijão (umedecer no leite)
<b>Almoço</b>	Molho de carne moída Polenta Arroz e feijão (caldo) Salada cozida	Sopa de frango com legumes (massa cabelo de anjo)	Frango com molho Massa (amassadinha) Arroz e feijão (caldo) Salada cozida	Galinhada Feijão (caldo) Salada cozida	Lombo de porco Arroz e lentilha (caldo) Salada cozida
<b>Lanche I</b>  <b>Lanche II</b>	Leite com cacau + Arroz “doce” cacau servir quentinho	Fruta amassada + Creminho de cacau	Fruta amassada + Panqueca de aveia	Fruta amassada + Sagu com polpa servir quentinho	Fruta amassada + Creminho branco

**NÃO PODE ADICIONAR AÇÚCAR EM NENHUM ALIMENTO!!!**

Obs: bebês de 04 a 05 meses não iniciam a introdução alimentar (consomem apenas fórmula/leite, sem açúcar).

Arroz doce (servir quentinho)  
Quentão (suco de uva)  
*Lanche junino*

**Princípios da adaptação (textura de transição)**

Amassar com garfo, nunca bater no liquidificador  
Desfiar carnes/frango bem fininho  
Adicionar caldo do próprio preparo para deixar úmido

Prefeitura Municipal de Salto do Jacuí  
Secretaria Municipal de Educação e Cultura  
Cardápio Berçário (a partir dos 06 meses de vida) - período de adaptação  
Junho/2026  
Cardápio para a 2ª e 4ª semana



Refeição/Dia	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
<b>Café da Manhã</b>	Fórmula/leite sem açúcar	Fórmula/leite sem açúcar	Fórmula/leite sem açúcar	Fórmula/leite sem açúcar	Fórmula/leite sem açúcar
	Pão com requeijão (umedecer no leite)	Pão com requeijão (umedecer no leite)	Pão com requeijão (umedecer no leite)	Pão com requeijão (umedecer no leite)	Pão com requeijão (umedecer no leite)
<b>Almoço</b>	Molho de carne moída Massa (amassadinha) Arroz e feijão (caldo) Salada cozida	Sopa de frango com legumes (massa cabelo de anjo)	Frango com molho Polenta Arroz e feijão (caldo) Salada cozida	Carreteiro Feijão (caldo) Salada cozida	Lombo de porco Arroz e lentilha (caldo) Salada cozida
<b>Lanche I</b>	Leite com cacau +	Fruta amassada +	Fruta amassada +	Fruta amassada +	Fruta amassada +
<b>Lanche II</b>	Arroz “doce” cacau servir quentinho	Creminho de cacau	Panqueca de aveia	Sagu com polpa servir quentinho	Creminho branco

NÃO PODE ADICIONAR AÇÚCAR EM NENHUM ALIMENTO!!!

Obs: bebês de 04 a 05 meses não iniciam a introdução alimentar (consomem apenas fórmula/leite, sem açúcar).

Arroz doce (servir quentinho)  
Quentão (suco de uva)  
Lanche junino

 **Panqueca de aveia**

**Ingredientes:** 1 banana bem madura, 2 colheres (sopa) de aveia em flocos finos, 1 ovo, 2 colheres (sopa) de leite (ou água). **Modo de preparo:** Amasse bem a banana até virar um purê. Misture o ovo, a aveia e o leite. Mexa até formar uma massinha homogênea. Em uma frigideira antiaderente, coloque pequenas porções. Cozinhe em fogo baixo, virando com cuidado.

**Princípios da adaptação (textura de transição)**

Amassar com garfo, nunca bater no liquidificador  
Desfiar carnes/frango bem fininho  
Adicionar caldo do próprio preparo para deixar úmido