

Fases da alimentação:

Fase 1 (6 a 7 meses): Todos os alimentos do cardápio peneirados.

Fase 2 (8 a 9 meses): Todos os alimentos do cardápio bem amassados.

Fase 3 (10 a 11 meses): Todos os alimentos do cardápio pouco amassados.

Fase 4 (1 a 3 anos): Prato principal e guarnição picados ou desfiados.

Fase 5 (4 anos): Consistência normal em pequenos pedaços.

*As frutas poderão sofrer alterações devido ao grau de maturação



Cardápio 4



	Lanche manhã (creme de frutas)	Almoço	Sobremesa (fruta)	Lanche Tarde (fruta)	Jantar	Sobremesa (fruta)
Segunda	Pera	Mandioca, frango, cenoura, abóbora, salsa e cebola	Manga	Mamão	Mandioca, frango, cenoura, abóbora, salsa e cebola	Manga
Terça	Banana	Batata doce, carne moída, abobrinha, rabanete, escarola	Maçã	Manga	Batata doce, carne moída, abobrinha, rabanete, escarola	Maça
Quarta	Abacate	Arroz, frango, vagem, chuchu, acelga e cenoura	Banana	Pera	Arroz, frango, vagem, chuchu, acelga e cenoura	Banana
Quinta	Manga	Mandioquinha, músculo, feijão, cenoura, alface e alho	Mamão	Banana prata	Mandioquinha, músculo, feijão, cenoura, alface e alho	Mamão
Sexta	Melão	Macarrão de letrinha, carne magra, cenoura, tomate, brocolis e salsinha	Melancia	Mix de frutas Com aveia	Macarrão de letrinha, carne magra, cenoura, tomate, brocolis e salsinha	Melancia

Não oferecer para bebês menores de 6 meses*

Nutricionista Monick Markic CRN 33593