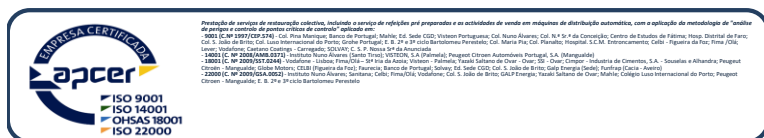


Semana de 06/11/2023 a 10/11/2023



gertal

				Proteína+ D3:G17F2 8D3:G16	Gordura	H. de Carbono	Valor Calórico
Segunda-Feira		Sopa	Grão	2,0 gr	3,2 gr	11,5 gr	76 Kcal
		Prato	Frango estufado com arroz	29,1 gr	24,0 gr	18,8 gr	143 Kcal
		Sobremesa	Fruta	0,2 gr	0,5 gr	13,4 gr	57 Kcal
		Lanche	Papa blédina, Pápa cerelac (1 ano)				
Terça-Feira		Sopa	Agrião	2,1 gr	3,2 gr	11,7 gr	84 Kcal
		Prato	Badejo ao natural com batata cozida e arroz	13,1 gr	2,4 gr	21,9 gr	164 Kcal
		Sobremesa	Fruta	0,2 gr	0,5 gr	13,4 gr	57 Kcal
		Lanche	Papa de iogurte c/fruta (1 ano iogurte aroma)				
Quarta-Feira		Sopa	Creme de cenoura	4,6 gr	5,2 gr	24,1 gr	65 Kcal
		Prato	Peru estufado com arroz e cenoura	14,7 gr	1,2 gr	11,0 gr	134 Kcal
		Sobremesa	Fruta	0,2 gr	0,5 gr	13,4 gr	57 Kcal
		Lanche	Pápa Blédina, flocos de cereias c/mel (1 ano)				
Quinta-Feira		Sopa	Couve lombarda	3,8 gr	5,3 gr	24,0 gr	97 Kcal
		Prato	Pescada cozida com batata e brócolos	7,2 gr	1,1 gr	10,1 gr	80 Kcal
		Sobremesa	Fruta	0,2 gr	0,5 gr	13,4 gr	57 Kcal
		Lanche	Pápa de iogurte c/fruta (1 ano-iogurte aroma)				
Sexta-Feira		Sopa	Lentilhas	8,4 gr	3,4 gr	22,8 gr	88 Kcal
		Prato	Borrego estufado com fusilli	17,8 gr	2,9 gr	23,0 gr	190 Kcal
		Sobremesa	Fruta	0,2 gr	0,5 gr	13,4 gr	57 Kcal
		Lanche	Pápa blédina, Pápa cerelac (1 ano)				



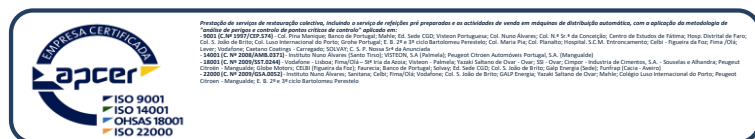
FUNDAÇÃO CEBI- BERÇÁRIO

Semana de 13/11/2023 a 17/11/2023



gertal

				Proteína	Gordura	H. de Carbono	Valor Calórico
Segunda-Feira	Sopa	Creme de brócolos		2,0 gr	3,2 gr	11,5 gr	76 Kcal
	Prato	Pescada assada com batata e legumes		29,1 gr	24,0 gr	18,8 gr	143 Kcal
	Sobremesa	Fruta		0,2 gr	0,5 gr	13,4 gr	57 Kcal
	Lanche	Papa blédina, Pápa cerelac (1 ano)					
Terça-Feira	Sopa	Abóbora e agrião		2,1 gr	3,2 gr	11,7 gr	84 Kcal
	Prato	Frango estufado com esparguete		13,1 gr	2,4 gr	21,9 gr	164 Kcal
	Sobremesa	Fruta		0,2 gr	0,5 gr	13,4 gr	57 Kcal
	Lanche	Papa de iogurte c/fruta (1 ano iogurte aroma)					
Quarta-Feira	Sopa	Alho francês		1,9 gr	3,2 gr	10,7 gr	80 Kcal
	Prato	Maruca cozida com batata e cenoura cozidos		34,1 gr	0,8 gr	10,7 gr	79 Kcal
	Sobremesa	Fruta		0,2 gr	0,5 gr	13,4 gr	57 Kcal
	Lanche	Papa blédina, pápa cerelac (1 ano)					
Quinta-Feira	Sopa	Nabiças		4,0 gr	5,2 gr	23,4 gr	74 Kcal
	Prato	Perú estufado com arroz branco e lombardo cozidos		22gr	11,2 gr	19,7 gr	173 Kcal
	Sobremesa	Fruta		0,2 gr	0,5 gr	13,4 gr	57 Kcal
	Lanche	Papa de iogurte c/fruta (1 ano iogurte aroma)					
Sexta-Feira	Sopa	Creme de cenoura		3,1 gr	3,2 gr	13,1 gr	70 Kcal
	Prato	Badejo cozido com batata e ervilhas		24,7 gr	1,4 gr	35,4 gr	89 Kcal
	Sobremesa	Fruta		0,2 gr	0,5 gr	13,4 gr	57 Kcal
	Lanche	Pápa blédina, Pápa cerelac (1 ano)					



Semana de 20/11/2023 a 24/11/2023

[illegible]

Semana de 27/11/2023 a 01/12/2023



Sexta-Feira	Sopa	Couve portuguesa	3,1 gr	3,2 gr	13,1 gr	94 Kcal
	Prato	Peixe estufado com legumes	24,7 gr	1,4 gr	35,4 gr	256 Kcal
	Sobremesa	Fruta	0,2 gr	0,5 gr	13,4 gr	57 Kcal
	Lanche	Pápa blédina, Pápa cerelac (1 ano)				

