



Milena Schardong
Milena Schardong
 Departamento de Logística
 Matrícula 189507 / Nutricionista SME
 Gerência de Alimentação Escolar

Nadia R. dos Santos Sato
Nadia Rafaela dos Santos Sato
 Departamento de Logística
 Matrícula 189511 / Nutricionista SME
 Gerência de Alimentação Escolar

CARDÁPIO MATERNAL I (1 ano e 7 meses - 2anos e 11 meses) E MATERNAL ÚNICO SEM LACTOSE E OVOS OUTUBRO 2023

RISOTOLÂNDIA C

Juliana R. D. Guedes
Juliana Rodrigues Dias Guedes
 Departamento de Logística
 Matrícula 184452
 Gerência de Alimentação Escolar

	SEGUNDA 02/10	TERÇA 03/10	QUARTA 04/10	QUINTA 05/10	SEXTA 06/10
Desjejum	LEITE SEM LACTOSE	LEITE SEM LACTOSE	Chá de camomila sem açúcar 190ml	LEITE SEM LACTOSE COM CANELA	Chá de erva doce sem açúcar 190ml
	PÃO SEM LEITE com MANTEIGA SEM LACTOSE 8g	PÃO SEM LEITE com PATÊ DE CENOURA 10g	PÃO SEM LEITE com PATÊ DE GRÃO DE BICO 10g	PÃO SEM LEITE com MANTEIGA SEM LACTOSE 8g	PÃO SEM LEITE com PATÊ DE CENOURA 10g
Colação	Manga	Laranja	Melão	Laranja	Banana
Almoço	Arroz 95g e feijão preto 100g	Arroz 95g e feijão carioca 100g	Arroz 95g e feijão preto 100g	Arroz 95g e feijão carioca 100g	Arroz 95g e feijão preto 100g
	ISCAS DE CARNE	CARNE MOÍDA REFOGADA	ISCAS DE FRANGO GRELHADAS	Carne moída à camponesa 70g	Iscas de frango grelhadas com açafrão 60g
	Quibebe 50g	Farofa de couve 20g	Batata doce refogada 50g	Quirera 60g	Abobrinha AF (orgânica) refogada 50g
	Salada de alface 25g	Salada de chuchu 25g	Salada de tomate 40g	Salada de brócolis 30g	Salada de beterraba AF (orgânica) 35g
	Maçã	Mamão	Melancia	Manga	Mamão
Lanche	VITAMINA DE BANANA COM LEITE SEM LACTOSE 180ml /Flocos de milho sem açúcar 20g	Chá de maçã sem açúcar 190ml/ PÃO SEM LEITE com carne moída	MINGAU DE AVEIA COM LEITE SEM LACTOSE/ Maçã	Suco de uva 200ml/PÃO SEM LEITE COM PATÊ DE CENOURA	VITAMINA DE MANGA COM LEITE SEM LACTOSE/Flocos de milho sem açúcar 20g
Jantar	Arroz carreteiro 180g	Quirera com molho de frango - jantar 200g	SOPA DE FEIJAO COM LEGUMES COM MACARRÃO SEM OVOS E GLÚTEN	MACARRÃO SEM OVOS AO MOLHO DE FRANGO E LEGUMES	Sopa de carne, batata e brócolis
	SEGUNDA 09/10	TERÇA 10/10	QUARTA 11/10	QUINTA 11/10	SEXTA 13/10
Desjejum	LEITE SEM LACTOSE	LEITE SEM LACTOSE	LEITE SEM LACTOSE		
	PÃO SEM LEITE com MANTEIGA SEM LACTOSE AF 8g	PÃO SEM LEITE com PATÊ DE CENOURA 20g	PÃO SEM LEITE com MANTEIGA SEM LACTOSE		
Colação	Manga	Melão	Laranja		
Almoço	Arroz AF 95g e feijão preto AF 100g	Arroz AF 95g e feijão preto AF 100g	Arroz AF 95g e feijão carioca 100g		
	ISCAS DE CARNE	ISCAS DE FRANGO GRELHADAS	Barreado 70g		
	Batata salsa refogada	POLENTA	Farofa de banana (farinha AF) 20g		
	Salada de alface 25g	Salada de tomate com pepino 45g	Salada de brócolis 30g		
	Maçã	Pudim de uva 100g	Melancia		
Lanche	Suco de uva AF 200ml / PÃO SEM LEITE COM MANTEIGA SEM LACTOSE	VITAMINA DE MORANGO COM LEITE SEM LACTOSE/ Flocos de milho sem açúcar 20g	Suco de laranja 200ml/ PÃO SEM LEITE COM PATÊ DE GRÃO DE BICO		
Jantar	MACARRÃO SEM OVOS E GLÚTEN À BOLONHESA - JANTAR	MADALENA DE CARNE SEM LEITE	Risoto de frango - jantar 200g		



Milena Schardong
Milena Schardong
 Departamento de Logística
 Matrícula 189507 / Nutricionista SME
 Gerência de Alimentação Escolar

Nadia R. dos Santos Sato
Nadia Rafaela dos Santos Sato
 Departamento de Logística
 Matrícula 189511 / Nutricionista SME
 Gerência de Alimentação Escolar

CARDÁPIO MATERNAL I (1 ano e 7 meses - 2anos e 11 meses) E MATERNAL ÚNICO SEM LACTOSE E OVOS OUTUBRO 2023

RISOTOLÂNDIA C

Juliana R. D. Guedes
Juliana Rodrigues Dias Guedes
 Departamento de Logística
 Matrícula 184452
 Gerência de Alimentação Escolar

	SEGUNDA 16/10	TERÇA 17/10	QUARTA 18/10	QUINTA 19/10	SEXTA 20/10
Desjejum	LEITE SEM LACTOSE	LEITE SEM LACTOSE COM CANELA	Chá de camomila sem açúcar 190ml	LEITE SEM LACTOSE	Chá de erva doce sem açúcar 190ml
	PÃO SEM LEITE com MANTEIGA SEM LACTOSE AF 8g	PÃO SEM LEITE com PATÊ DE CENOURA 10g	PÃO SEM LEITE com PATÊ DE GRÃO DE BICO 10g	PÃO SEM LEITE com MANTEIGA SEM LACTOSE AF 8g	PÃO SEM LEITE com PATÊ DE CENOURA 10g
Colação	Melancia	Laranja	Melão	Manga	Banana
Almoço	Arroz AF 95g e feijão preto AF 100g	Arroz AF 95g e feijão carioca 100g	Arroz AF 95g e feijão preto AF 100g	Arroz AF 95g e feijão carioca 100g	Arroz AF 95g e feijão preto AF 100g
	Iscas de frango grelhadas 60g	Bife de panela 70g	Frango assado 50g	Iscas de carne 45g	ISCAS DE FRANGO GRELHADAS
	Abobrinha colorida 50g	Chuchu refogado 50g	Brócolis refogado 50g	PURÊ DE BATATA SEM LEITE	Jardineira de legumes (chuchu AF - orgânico) 50g
	Salada de cenoura 25g	Salada de beterraba 35g	Salada de tomate 40g	Salada de alface 25g	Salada de pepino AF (orgânica) 35g
	Banana	Mamão	Pudim de laranja 100g	Maçã	Laranja AF (orgânica)
Lanche	Suco de uva 200ml/PÃO SEM LEITE com carne moída	BATIDA DE MAÇÃ COM LEITE SEM LACTOSE / Flocos de milho sem açúcar 20g	MINGAU DE AVEIA COM LEITE SEM LACTOSE/ Banana	Suco de laranja 200ml/ PÃO SEM LEITE COM PATÊ DE CENOURA	CREME DE MORANGO COM LEITE SEM LACTOSE/ Flocos de milho sem açúcar 20g
Jantar	Polenta (fubá AF) à bolonhesa - jantar 200g	Canja 200g	Cozido de aipim com carne 170g	Quirera com molho de frango - jantar 200g	Sopa creme de batata salsa 200g
	SEGUNDA 23/10	TERÇA 24/10	QUARTA 25/10	QUINTA 26/10	SEXTA 27/10
Desjejum	LEITE SEM LACTOSE	Chá de camomila sem açúcar 190ml	LEITE SEM LACTOSE COM CANELA	LEITE SEM LACTOSE	LEITE SEM LACTOSE
	PÃO SEM LEITE com MANTEIGA SEM LACTOSE AF 8g	PÃO SEM LEITE com PATÊ DE CENOURA 20g	PÃO SEM LEITE com PATÊ DE GRÃO DE BICO 10g	PÃO SEM LEITE com MANTEIGA SEM LACTOSE AF 8g	PÃO SEM LEITE com PATÊ DE CENOURA 20g
Colação	Melão	Mamão	Laranja	Melão	Maçã
Almoço	Arroz 95g e feijão preto 100g	Arroz 95g e feijão carioca 100g	Arroz 95g e feijão preto 100g	Arroz 95g e feijão carioca 100g	Arroz 95g e feijão preto 100g
	Frango ensopado 70g	Carne moída refogada 50g	ISCAS DE CARNE	Picadinho de carne 70g	ISCAS DE FRANGO GRELHADAS
	Polenta 100g	QUIRERA	Batata doce refogada 50g	Legumes sortidos (brócolis, cenoura e couve-flor AF - orgânicos) 50g	Beterraba cozida 50g
	Salada de vagem 30g	Salada de repolho com tomate 30g	Salada de alface 25g	Salada de cenoura 25g	Salada de acelga 20g
	Laranja	Manga	Melancia	Manga	Banana
Lanche	VITAMINA DE MANGA COM LEITE SEM LACTOSE / Flocos de milho sem açúcar 20g	Banana com aveia em flocos finos 20g	CREME DE MORANGO COM LEITE SEM LACTOSE/ Flocos de milho sem açúcar 20g	Suco de maçã 200 ml/PÃO SEM LEITE COM PATÊ DE CENOURA	MINGAU DE AVEIA COM LEITE SEM LACTOSE/ Maçã
Jantar	SOPA DE FEIJÃO COM MACARRÃO SEM OVOS E GLÚTEN	Suco de maçã AF (orgânico) 200ml/PÃO SEM LEITE com iscas de frango	Sopa de lentilha com carne 180g	Risoto de frango - jantar 200g	MADALENA DE CARNE SEM LEITE



Milena Schardong
Milena Schardong
 Departamento de Logística
 Matrícula 189507 / Nutricionista SME
 Gerência de Alimentação Escolar

CARDÁPIO MATERNAL I (1 ano e 7 meses - 2anos e 11 meses) E MATERNAL ÚNICO
SEM LACTOSE E OVOS OUTUBRO
2023

Nadia R. dos Santos Sato
Nadia Rafaela dos Santos Sato
 Departamento de Logística
 Matrícula 189511/ Nutricionista SME
 Gerência de Alimentação Escolar

RISOTOLÂNDIA C

Juliana R. D. Guedes
Juliana Rodrigues Dias Guedes
 Departamento de Logística
 Matrícula 184452
 Gerência de Alimentação Escolar

	SEGUNDA 30/10	TERÇA 31/10	
Desjejum	LEITE SEM LACTOSE	Chá de camomila sem açúcar 190ml	
	PÃO SEM LEITE com PATÊ DE CENOURA 20g	PÃO SEM LEITE com PATÊ DE GRÃO DE BICO 10g	
Colação	Banana	Manga	
Almoço	Arroz 95g e feijão preto 100g	Arroz 95g e feijão carioca 100g	
	Carne moída com tomate e cheiro verde 50g	ISCAS DE FRANGO GRELHADAS	
	Farofa de cenoura 20g	MACARRÃO SEM OVOS AO ALHO E ÓLEO	
	Salada de alface 25g	Salada de pepino 35g	
	Maçã	Melancia	
Lanche	Mamão com aveia em flocos finos 20g	Suco de laranja 200ml/PÃO SEM LEITE COM PATÊ DE CENOURA	
Jantar	Cozido de aipim com carne 170g	Arroz carreteiro 180g	