



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 OUTUBRO 2023**

**RISOTOLÂNDIA C**

Juliana Rodrigues Dias Guedes  
**Juliana Rodrigues Dias Guedes**  
 Departamento de Logística  
 Matrícula 184452  
 Gerência de Alimentação Escolar

	<b>SEGUNDA 02/10</b>	<b>TERÇA 03/10</b>	<b>QUARTA 04/10</b>	<b>QUINTA 05/10</b>	<b>SEXTA 06/10</b>
<b>Desjejum</b>	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	Bolo de banana com aveia 60g	PÃO SEM LEITE com MANTEIGA SEM LACTOSE 8g	Muffin de maçã com uva passa 60g
<b>Colação</b>	Manga	Laranja	Melão	Laranja	Banana
<b>Almoço</b>	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	Almôndegas com molho 3un.	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
<b>Lanche</b>	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
<b>Jantar</b>	Arroz carreteiro 180g	Quirera com molho de frango - jantar 200g	Sopa de feijão com legumes 180g	Macarrão ao molho de frango e legumes 200g	Sopa de carne, batata e brócolis
	<b>SEGUNDA 09/10</b>	<b>TERÇA 10/10</b>	<b>QUARTA 11/10</b>	<b>QUINTA 11/10</b>	<b>SEXTA 13/10</b>
<b>Desjejum</b>	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 AF 8g		
<b>Colação</b>	Manga	Melão	Laranja		
<b>Almoço</b>	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	Peito de frango à milanesa 50g	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		
<b>Lanche</b>	Suco de uva AF 200ml / Bolo de banana com aveia 60g	VITAMINA DE MORANGO COM LEITE SEM LACTOSE/ Flocos de milho sem açúcar 20g	Suco de laranja 200ml/ Muffin de maçã com uva passas		
<b>Jantar</b>	Macarrão à bolonhesa	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 OUTUBRO 2023**

**RISOTOLÂNDIA C**

Juliana Rodrigues Dias Guedes  
**Juliana Rodrigues Dias Guedes**  
 Departamento de Logística  
 Matrícula 184452  
 Gerência de Alimentação Escolar

	<b>SEGUNDA 16/10</b>	<b>TERÇA 17/10</b>	<b>QUARTA 18/10</b>	<b>QUINTA 19/10</b>	<b>SEXTA 20/10</b>
<b>Desjejum</b>	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	Bolo de banana com aveia 60g	PÃO SEM LEITE com MANTEIGA SEM LACTOSE AF 8g	Muffin de maçã com uva passa 60g
<b>Colação</b>	Melancia	Laranja	Melão	Manga	Banana
<b>Almoço</b>	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 Banana	Salada de beterraba 35g Mamão	Salada de tomate 40g Pudim de laranja 100g	Salada de alface 25g Maçã	Salada de pepino AF (orgânica) 35g Laranja AF (orgânica)
<b>Lanche</b>	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
<b>Jantar</b>	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
	<b>SEGUNDA 23/10</b>	<b>TERÇA 24/10</b>	<b>QUARTA 25/10</b>	<b>QUINTA 26/10</b>	<b>SEXTA 27/10</b>
<b>Desjejum</b>	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	Muffin de maçã com uva passa 60g	PÃO SEM LEITE com MANTEIGA SEM LACTOSE AF 8g	PÃO SEM LEITE com PATÊ DE CENOURA 20g
<b>Colação</b>	Melão	Mamão	Laranja	Melão	Maçã
<b>Almoço</b>	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	Peito de frango à milanesa 50g
	Polenta 100g	QUIRERA	Batata doce refogada 50g	Legumes sortidos (brócolis, cenoura e couve-flor AF - orgânicos) 50g	Beterraba cozida 50g
	Salada de vagem 30g Laranja	Salada de repolho com tomate 30g Manga	Salada de alface 25g Melancia	Salada de cenoura 25g Manga	Salada de acelga 20g Banana
<b>Lanche</b>	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/Bolo de banana com aveia 60g	MINGAU DE AVEIA COM LEITE SEM LACTOSE/ Maçã
<b>Jantar</b>	Sopa de feijão com macarrão 180g	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

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 OUTUBRO 2023**

RISOTOLÂNDIA C

Juliana Rodrigues Dias Guedes  
**Juliana Rodrigues Dias Guedes**  
 Departamento de Logística  
 Matrícula 184452  
 Gerência de Alimentação Escolar

	SEGUNDA 30/10	TERÇA 31/10	
<b>Desjejum</b>	LEITE SEM LACTOSE	Chá de camomila sem açúcar 190ml	
	PÃO SEM LEITE com PATÊ DE CENOURA 20g	Bolo de banana com aveia 60g	
<b>Colação</b>	Banana	Manga	
<b>Almoço</b>	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 ao alho e óleo	
	Salada de alface 25g	Salada de pepino 35g	
	Maçã	Melancia	
<b>Lanche</b>	Mamão com aveia em flocos finos 20g	Suco de laranja 200ml/PÃO SEM LEITE COM PATÊ DE CENOURA	
<b>Jantar</b>	Cozido de aipim com carne 170g	Arroz carreteiro 180g	