CARDÁPIO MATERNAL I (1 ano e 7 meses - 2anos e 11 meses) RISOTOLÂNDIA C
SEM LACTOSE E OVOS - NOVEMBRO
2023

CURITIBA

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

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

			QUARTA 01/11		
Desjejum			VITAMINA DE BANANA SEM LACTOSE	**FERIADO**	**RECESSO**
			PÃO SEM LEITE COM MANTEIGA SEM LACTOSE		
Colação			Manga		
Almoço			Arroz 95g e feijão preto 100g		
			Carne moída com molho 50g		
			Jardineira de legumes 50g		
			Salada de repolho com tomate 30g		
			Maçã		
Lanche			Mamão / aveia em flocos finos 20g		
Jantar			Quirera com molho de frango - jantar 200g		
	SEGUNDA 06/11	**TERÇA 07/11**	**QUARTA 08/11**	**QUINTA 09/11**	**SEXTA 10/11**
Desjejum	VITAMINA DE MORANGO SEM LACTOSE	LEITE SEM LACTOSE	Suco de maçã 200 ml	BATIDA DE MAÇÃ SEM LACTOSE	LEITE SEM LACTOSE
	PÃO SEM LEITE COM MANTEIGA SEM LACTOSE	PÃO SEM LEITE COM PATÊ DE GRÃO DE BICO	PÃO SEM LEITE COM PATÊ DE CENOURA	PÃO SEM LEITE COM MANTEIGA SEM LACTOSE	PÃO SEM LEITE COM PATÊ DE CENOURA
Colação	Banana	Maçã	Banana	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
	Picadinho de carne 70g	ISCAS DE FRANGO GRELHADAS	Carne moída com tomate e cheiro verde 50g	Frango assado 50g	CARNE MOÍDA COM TOMATE E CHEIRO VERDE (50g)
	Farofa de cenoura 20g	Batata salsa cozida 50g	Brócolis refogado 50g	MACARRÃO SEM OVOS AO SUGO 65g	CREME DE MILHO SEM LACTOSE
	Salada de pepino 35g	Salada de alface 25g	Salada de beterraba 35g	Salada de vagem com cenoura 30g	Salada de repolho verde com repolho roxo 30g
	Melão	Melancia	Laranja	Melancia	Mamão
Lanche	Suco de laranja 200ml/PÃO SEM LEITE COM PATÊ DE GRÃO DE BICO	VITAMINA DE MANGA SEM LACTOSE/ Flocos de milho sem açúcar 20g	CREME DE MORANGO SEM LACTOSE / Flocos de arroz 10g	Mamão / aveia em flocos finos 20g	Suco de uva 200 ml / PÃO SEM LEITE COM MANTEIGA SEM LACTOSE
Jantar	Risoto de frango - jantar 200g	Cozido de aipim com carne 170g	MADALENA DE CARNE SEM LEITE	Polenta à bolonhesa - jantar 200g	Sopa camponesa 180g

CARDÁPIO MATERNAL I (1 ano e 7 meses - 2anos e 11 meses) RISOTOLÂNDIA C
SEM LACTOSE E OVOS - NOVEMBRO
2023

CURITIBA

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

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

	SEGUNDA 13/11	TERÇA 14/11		QUINTA 16/11	SEXTA 17/11
Desjejum	VITAMINA DE MANGA SEM LACTOSE	LEITE SEM LACTOSE	**FERIADO**	BATIDA DE MAÇÃ SEM LACTOSE	LEITE SEM LACTOSE
	PÃO SEM LEITE COM PATÊ DE CENOURA	PÃO SEM LEITE COM MANTEIGA SEM LACTOSE		PÃO SEM LEITE COM PATÊ DE CENOURA	PÃO SEM LEITE COM MANTEIGA SEM LACTOSE
Colação	Laranja	Banana		Maçã	Melancia
Almoço	Arroz 95g e feijão preto 100g	Arroz 95g e feijão carioca 100g		Arroz 95g e feijão carioca 100g	Arroz 95g e feijão preto 100g
	Carne moída com molho 50g	ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 60g		Iscas de frango grelhadas 60g	ISCAS DE CARNE
	MACARRÃO SEM OVOS AO ALHO E ÓLEO 65g	Abobrinha colorida 50g		Brócolis refogado 50g	Batata doce refogada 50g
	Salada de pepino 35g	Salada de cenoura 25g		Salada de alface com tomate 35g	Salada de acelga 20g
	Maçã	Melão		Pudim de laranja	Mamão
Lanche	VITAMINA DE MORANGO SEM LACTOSE/ Flocos de milho sem açúcar 20g	Suco de maçã 200 ml / PÃO SEM LEITE COM PATÊ DE CENOURA		VITAMINA DE BANANA SEM LACTOSE/ PÃO SEM LEITE COM MANTEIGA SEM LACTOSE	Banana / aveia em flocos finos 20g
Jantar	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES COM MACARRÃO SEM OVOS E GLÚTEN	POLENTA À BOLONHESA (200g)		Arroz carreteiro 180g	Risoto de frango com legumes 180g

	SEGUNDA 20/11	TERÇA 21/11	QUARTA 22/11	QUINTA 23/11	SEXTA 24/11
Desjejum	VITAMINA DE FRUTAS SEM LACTOSE	LEITE SEM LACTOSE	Suco de maçã 200 ml	LEITE SEM LACTOSE	Suco de laranja 200ml
	PÃO SEM LEITE COM MANTEIGA SEM LACTOSE	PÃO SEM LEITE COM PATÊ DE GRÃO DE BICO	PÃO SEM LEITE COM PATÊ DE CENOURA	PÃO SEM LEITE COM MANTEIGA SEM LACTOSE	PÃO SEM LEITE COM MANTEIGA SEM LACTOSE
Colação	Maçã	Laranja	Melão	Banana	Mamão
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
	Barreado 70g	ISCAS DE FRANGO GRELHADAS	Carne moída com molho 50g	Frango à camponesa 70g	CARNE MOÍDA REFOGADA (50g DE CARNE E 20g DE MOLHO)
	Farofa de banana 20g	Jardineira de legumes 50g	MACARRÃO SEM OVOS À PRIMAVERA 80g	Chuchu refogado 50g	PURÊ DE BATATA SEM LEITE
	Salada de tomate 40g	Salada de alface 25g	Salada de pepino 35g	Salada de brócolis 30g	Salada de vagem 30g
	Melão	Pêssego	Maçã	Pêssego	Maçã
Lanche	BATIDA DE MAÇÃ SEM LACTOSE / Flocos de milho sem açúcar 20g	MINGAU DE AVEIA COM BANANA SEM LACTOSE/ Maçã	Banana / aveia em flocos finos 20g	VITAMINA DE MORANGO SEM LACTOSE/ Flocos de milho sem açúcar 20g	Suco de uva 200 ml/PÃO SEM LEITE COM PATÊ DE GRÃO DE BICO
Jantar	MACARRÃO SEM OVOS AO MOLHO DE FRANGO - JANTAR 200g	Suco de laranja 200ml / PÃO SEM LEITE COM CARNE MOÍDA	Polenta com molho de frango - jantar 200g	MADALENA DE CARNE SEM LEITE	SOPA DE BATATA DOCE COM FRANGO COM MACARRÃO SEM OVOS E GLÚTEN

CARDÁPIO MATERNAL I (1 ano e 7 meses - 2anos e 11 meses) RISOTOLÂNDIA C
SEM LACTOSE E OVOS - NOVEMBRO
2023

CURITIBA

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

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

	SEGUNDA 27/11	TERÇA 28/11	QUARTA 29/11	QUINTA 30/11
Desjejum	LEITE SEM LACTOSE	Suco de laranja 200ml	VITAMINA DE MANGA SEM LACTOSE	Suco de maçã 200 ml
	PÃO SEM LEITE COM MANTEIGA SEM LACTOSE	PÃO SEM LEITE COM MANTEIGA SEM LACTOSE	PÃO SEM LEITE COM PATÊ DE CENOURA	PÃO SEM LEITE COM MANTEIGA SEM LACTOSE
Colação	Maçã	Melão	Maçã	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
	Iscas de Carne 45g	ISCAS DE FRANGO GRELHADAS	Ensopado caipira 110g	Iscas de frango grelhadas com açafrão 60g
	CREME DE MILHO SEM LACTOSE	CREME DE AIPIM SEM LACTOSE	Brócolis refogado 50g	Batata ensopada 50g
	Salada de beterraba 35g	Salada de acelga com cenoura 30g	Salada de alface 25g	Salada de pepino 35g
	Manga	Melancia	Pêssego	Laranja
Lanche	Suco de laranja 200ml/ PÃO SEM LEITE COM PATÊ DE GRÃO DE BICO	CREME DE MORANGO SEM LACTOSE/ Flocos de milho sem açúcar 20g	Suco de uva 200 ml / PÃO SEM LEITE COM MANTEIGA SEM LACTOSE	Mamão / aveia em flocos finos 20g
Jantar	Canja 200g	MACARRÃO SEM OVOS À BOLONHESA - JANTAR 200g	MADALENA DE CARNE SEM LEITE	Arroz carreteiro 180g