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

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

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

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

					SEXTA 01/12
Desjejum					Suco de laranja 200ml
					PÃO SEM LEITE com PATÊ DE CENOURA
Colação					Manga
Almoço					Arroz 95g e feijão preto 100g
					Carne moída com molho 50g
					Jardineira de legumes 50g
					Salada de repolho com tomate 30g
					Melancia
Lanche					VITAMINA DE BANANA SEM LACTOSE 180ML/ Flocos de milho sem açúcar 20g
Jantar					Polenta com molho de frango 200g
	SEGUNDA 04/12	**TERÇA 05/12**	**QUARTA 06/12**	**QUINTA 07/12**	**SEXTA 08/12**
Desjejum	LEITE SEM LACTOSE 190ML	Suco de maçã 200ml	VITAMINA DE MORANGO SEM LACTOSE 180ML	LEITE SEM LACTOSE 190ML	Suco de uva 200ml
	PÃO SEM LEITE com MANTEIGA SEM LACTOSE 8G	PÃO SEM LEITE com PATÊ DE GRÃO DE BICO	PÃO SEM LEITE com PATÊ DE CENOURA	PÃO SEM LEITE com MANTEIGA SEM LACTOSE 8G	Bolo de banana com aveia 60g
Colação	Pêssego	Banana	Melancia	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
	Bolinho de carne 60g	Frango à camponesa 70g	Carne moída com tomate e cheiro verde 50g	ISCAS DE FRANGO GRELHADAS	Barreado 70g
	Quibebe 50g	Farofa de couve 20g	PURÊ DE BATATA SEM LEITE	Batata doce refogada 50g	Farofa de banana 20g
	Salada de tomate com pepino 45g	Salada de brócolis com couve-flor 20g	Salada de vagem 30g	Salada de repolho verde com repolho roxo 30g	Salada de alface
	Melão	Maçã	Pudim de uva	Pêssego	Laranja
Lanche	Suco de laranja 200 ml /Muffin de maçã com uva passa 60g	CREME DE MORANGO SEM LACTOSE 100G / Flocos de milho sem açúcar 20g	Mamão / Aveia em flocos finos 20g	Suco de maçã 200ml/ PÃO SEM LEITE COM PATÊ DE GRÃO DE BICO	VITAMINA DE MANGA SEM LACTOSE 180ML / Flocos de arroz 10g
Jantar	Risoto de frango - jantar 200g	Sopa de feijão com macarrão 180g	Quirera ao molho de frango - jantar 200g	Macarrão a bolonhesa - jantar 200g	Polenta com almôndegas ao molho 150g

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

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 11/12	TERÇA 12/12	QUARTA 13/12	QUINTA 14/12	SEXTA 15/12
Desjejum	LEITE SEM LACTOSE 190ML	VITAMINA DE MANGA SEM LACTOSE 180ML	Suco de laranja 200ml	VITAMINA DE BANANA SEM LACTOSE 180ML	LEITE SEM LACTOSE 190ML
	PÃO SEM LEITE com MANTEIGA SEM LACTOSE 8G	PÃO SEM LEITE com PATÊ DE CNEOURA	Muffin de maçã com uva passa 60g	PÃO SEM LEITE com PATÊ DE GRÃO DE BICO	PÃO SEM LEITE com MANTEIGA SEM LACTOSE 8G
Colação	Melancia	Maçã	Banana	Melão	Banana
Almoço	Arroz 95g e feijão carioca 100g	Arroz 95g e feijão preto 100g	Arroz 95g e feijão carioca 100g	Arroz 95g e feijão preto 100g	Arroz 95g e feijão carioca 100g
	Frango assado 50g	Picadinho de carne 70g	Bife de panela (60g de carne e 10g de molho)	Carne moída à camponesa (50g de carne e 20g de molho)	Iscas de frango com tomate 60g
	PURÊ DE BATATA SEM LEITE 60G	Quirera - almoço 60g	Beterraba cozida 50g	Polenta - almoço 100g	Cenoura refogada 50g
	Salada de acelga com cenoura 30g	Salada de repolho com tomate 30g	Salada de alface 25g	Salada de tomate com pepino 40g	Salada de acelga 20g
	Melão	Mamão	Pêssego	Maçã	Manga
Lanche	VITAMINA DE MORANGO SEM LACTOSE 180ML/ Flocos de milho sem açúcar 20g	Banana / Aveia em flocos finos 20g	LEITE SEM LACTOSE 190ML / PÃO SEM LEITE COM PATÊ	Mamão / Flocos de arroz 10g	Suco de uva 200ml/ Bolo de banana com aveia 60g
Jantar	Arroz carreteiro 180g	Macarrão com molho de frango e legumes 200g	MADALENA DE CARNE SEM LEITE	Canja 200g	Cozido de aipim 170g
	SEGUNDA 18/12	**TERÇA 19/12**	**QUARTA 20/12**	**QUINTA 21/12**	**SEXTA 22/12**
Desjejum	VITAMINA DE BANANA SEM LACTOSE 180ML	Suco de uva 200ml	LEITE SEM LACTOSE 190ML	Suco de laranja 200ml	LEITE SEM LACTOSE 190ML
	PÃO SEM LEITE com PATÊ DE CENOURA	Muffin de maçã com uva passa 60g	PÃO SEM LEITE com manteiga 20g	PÃO SEM LEITE com queijo 8g	PÃO SEM LEITE com MANTEIGA SEM LACTOSE 8G
Colação	Melancia	Maçã	Pêssego	Melão	Mamão
Almoço	Arroz 95g e feijão carioca 100g	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 à brasileira 60g	ISCAS DE FRANGO GRELHADAS	Posta assada com molho (50g de carne e 20g de molho)	ISCAS DE CARNE	Peito de frango à milanesa 50g
	Abobrinha refogada 50g	Macarrão ao alho e óleo 65g	Cenoura com brócolis refogados 50g	Legumes refogados 40g	PURÊ DE BATATA SEM LEITE 60G
	Salada de beterraba 35g	Salada de vagem com cenoura 30g	Salada de abobrinha 30g	Salada de tomate 40g	Salada de alface 25g
	Pêssego	Banana	Melancia	Laranja	Melancia
Lanche	Mamão / Flocos de arroz 10g	VITAMINA DE MORANGO SEM LACTOSE 180ML/ Flocos de milho sem açúcar 20g	Suco de maçã 200ml/ PÃO SEM LEITE com carne moída	Banana / Aveia em flocos finos 20g	Suco de uva 200 ml/Bolo de banana com aveia 60g
Jantar	Quirera ao molho de frango - jantar 200g	Arroz carreteiro 180g	Polenta com molho de frango 200g	MADALENA DE CARNE SEM LEITE	Macarrão à bolonhesa - jantar 200g