



Milena Schardong
Milena Schardong
 Gerência de alimentação
 Matrícula 189507
 Nutricionista/ CRN-8 12407

Nadia R. dos Santos Sato
Nadia Rafaela dos Santos Sato
 Gerência de alimentação
 Matrícula 189511
 Nutricionista/ CRN-8 9129

Juliana R. dos Guedes
Juliana Rodrigues Dias Guedes
 Gerência de Alimentação
 Matrícula 184452
 Nutricionista/CRN-8 6775

CARDÁPIO MATERNAL I (1 ano e 7 meses - 2anos e 11 meses) E MATERNAL ÚNICO **RISOTOLÂNDIA F**
SELETIVIDADE ALIMENTAR COM MOLHO DEZEMBRO
2024

OBSERVAÇÃO: ENVIAR TODOS OS ALIMENTOS SEPARADOS, INCLUSIVE OS RECHEIOS DOS PÃES.
 ALIMENTOS E PREPARAÇÕES DO CARDÁPIO GERAL PODEM SER OFERTADOS À CRIANÇA SEMPRE QUE TIVER UMA PORÇÃO DISPONÍVEL.

| | SEGUNDA 02/12 | TERÇA 03/12 | QUARTA 04/12 | QUINTA 05/12 | SEXTA 06/12 |
|-----------------|--|---|---|---|--|
| Desjejum | Leite 190ml | Suco de maçã 200ml | LEITE | Suco de uva 200ml | Leite 190ml |
| | Pão de leite com manteiga 8g | Pão de leite com queijo 20g | PÃO FRANCÊS com manteiga 8g | PÃO DE LEITE | PÃO FRANCÊS com manteiga 8g |
| Colação | BANANA | BANANA | BANANA | BANANA | 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 |
| | CARNE MOÍDA AO SUGO | CARNE MOÍDA AO SUGO | CARNE MOÍDA AO SUGO | CARNE MOÍDA AO SUGO | CARNE MOÍDA AO SUGO |
| | POLENTA | Purê de batata 60g | POLENTA | PURÊ DE BATATA | POLENTA |
| | Salada de repolho verde com repolho roxo 30g | Salada de vagem 30g | Salada de acelga 20g | Salada de tomate com pepino 45g | Salada de couve-flor 20g |
| Lanche | BANANA | BANANA | BANANA | BANANA | BANANA |
| | Suco de laranja 200ml/ PÃO FRANCÊS + MAÇÃ | MAÇÃ / FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20g | SUCO DE MAÇÃ / PÃO FRANCÊS + MAÇÃ | LEITE / Flocos de milho sem açúcar 20g + MAÇÃ | LEITE / Banana |
| Jantar | ARROZ + FEIJÃO CARIOCA + CARNE MOÍDA AO SUGO | ARROZ + FEIJÃO PRETO + CARNE MOÍDA AO SUGO | ARROZ + FEIJÃO CARIOCA + CARNE MOÍDA AO SUGO | ARROZ + FEIJÃO PRETO + CARNE MOÍDA AO SUGO | ARROZ + FEIJÃO CARIOCA + CARNE MOÍDA AO SUGO |
| | SEGUNDA 09/12 | TERÇA 10/12 | QUARTA 11/12 | QUINTA 12/12 | SEXTA 13/12 |
| Desjejum | Suco de uva 200ml | LEITE | Suco de laranja 200 ml | Leite 190ml | Suco de laranja 200ml |
| | PÃO FRANCÊS com manteiga 8g | Pão de leite com queijo 20g | PÃO FRANCÊS com manteiga 8g | PÃO DE LEITE | Pão de leite com queijo 20g |
| Colação | BANANA | BANANA | Banana | BANANA | 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 |
| | CARNE MOÍDA AO SUGO | CARNE MOÍDA AO SUGO | CARNE MOÍDA AO SUGO | CARNE MOÍDA AO SUGO | CARNE MOÍDA AO SUGO |
| | POLENTA | PURÊ DE BATATA | POLENTA | Purê de batata 60g | Polenta 100g |
| | Salada de pepino 35g | Salada de beterraba 35g | Salada de alface 25g | Salada de tomate 40 g | Salada de abobrinha 30g |
| Lanche | BANANA | BANANA | BANANA | BANANA | Banana |
| | MAÇÃ / FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20g | LEITE / FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20g + MAÇÃ | LEITE / Flocos de milho sem açúcar 20g + MAÇÃ | Suco de uva 200ml / PÃO FRANCÊS + MAÇÃ | MAÇÃ / FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20g |
| Jantar | ARROZ + FEIJÃO PRETO + CARNE MOÍDA AO SUGO | ARROZ + FEIJÃO CARIOCA + CARNE MOÍDA AO SUGO | Suco de uva 200ml/ PÃO DE LEITE | ARROZ + FEIJÃO CARIOCA + CARNE MOÍDA AO SUGO | ARROZ + FEIJÃO PRETO + CARNE MOÍDA AO SUGO |
| | SEGUNDA 16/12 | TERÇA 17/12 | QUARTA 18/12 | | |
| Desjejum | LEITE | Suco de uva 200ml | Leite 190ml | | |
| | Pão de leite com queijo 20g | PÃO FRANCÊS | PÃO FRANCÊS com manteiga 8g | | |
| Colação | BANANA | BANANA | BANANA | | |
| Almoço | Arroz 95g e FEIJÃO CARIOCA 100g | Arroz 95g e FEIJÃO PRETO 100g | Arroz 95g e FEIJÃO CARIOCA 100g | | |
| | CARNE MOÍDA AO SUGO | CARNE MOÍDA AO SUGO | CARNE MOÍDA AO SUGO | | |
| | POLENTA | PURÊ DE BATATA | POLENTA | | |
| | Salada de pepino 35g | Salada de beterraba 35g | Salada de tomate 40g | | |
| Lanche | BANANA | Banana | BANANA | | |
| | Suco de laranja 200ml / PÃO DE LEITE + MAÇÃ | MAÇÃ / FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20g | Suco de laranja 200ml/ PÃO FRANCÊS + MAÇÃ | | |
| Jantar | ARROZ + FEIJÃO CARIOCA + CARNE MOÍDA AO SUGO | ARROZ + FEIJÃO PRETO + CARNE MOÍDA AO SUGO | ARROZ + FEIJÃO CARIOCA + CARNE MOÍDA AO SUGO | | |