



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 II E PRÉ RISOTOLÂNDIA F**  
**DEZEMBRO**  
**SEM LACTOSE E GLÚTEN 2024**

**O MACARRÃO DEVE SER SEM GLÚTEN**  
**LER O RÓTULO DOS ALIMENTOS: NENHUM ALIMENTO DEVE CONTER GLÚTEN**  
**ATENÇÃO: TODOS OS UTENSÍLIOS UTILIZADOS PARA A PREPARAÇÃO DOS**  
**ALIMENTOS DA CRIANÇA DEVEM SER SEPARADOS, IDENTIFICADOS E HIGIENIZADOS**  
**SEPARADAMENTE. USAR ESPONJA SEPARADA.**

	<b>SEGUNDA 02/12</b>	<b>TERÇA 03/12</b>	<b>QUARTA 04/12</b>	<b>QUINTA 05/12</b>	<b>SEXTA 06/12</b>
<b>Desjejum</b>	LEITE SEM LACTOSE	SUCO DE MAÇÃ 200ML	VITAMINA DE MANGA SEM LACTOSE	SUCO DE UVA 200ML	LEITE SEM LACTOSE
	PÃO SEM LEITE E GLÚTEN COM MANTEIGA SEM LACTOSE	PÃO SEM LEITE E GLÚTEN COM PATÊ DE GRÃO DE BICO	PÃO SEM LEITE E GLÚTEN COM MANTEIGA SEM LACTOSE	BOLO DE BANANA COM AVEIA SEM GLÚTEN	PÃO SEM LEITE E GLÚTEN COM MANTEIGA SEM LACTOSE
<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
	PICADINHO DE CARNE 70G	ISCAS DE FRANGO GRELHADAS	BARREADO 70G	PEITO DE FRANGO À MILANESA SEM GLÚTEN	ISCAS DE CARNE REFOGADA 45G
	CENOURA REFOGADA 50G	PURÊ DE BATATA SEM LEITE	FAROFA DE BANANA 20G	ABOBRINHA COLORIDA 50G	QUIRERA 60G
	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
	MELÃO	MAÇÃ	MELANCIA	MAÇÃ	MELANCIA
<b>Lanche</b>	SUCO DE LARANJA 200ML/ PÃO SEM LEITE E GLÚTEN COM PATÊ DE GRÃO DE BICO	MAMÃO / AVEIA EM FLOCOS FINOS SEM GLÚTEN	CHÁ DE MAÇÃ SEM AÇÚCAR 190ML / BOLO DE BANANA COM AVEIA SEM GLÚTEN	IOGURTE DE MORANGO SEM LACTOSE / FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR, LEITE E GLÚTEN	BATIDA DE MAÇÃ SEM LACTOSE / BANANA
<b>Jantar</b>	RISOTO DE FRANGO - JANTAR 200G	SOPA DE FEIJÃO COM MACARRÃO SEM GLÚTEN	POLENTA - JANTAR 120G + FRANGO ENSOPADO 70G	MACARRÃO SEM GLÚTEN - JANTAR 150G + CARNE MOÍDA AO SUGO 70G	SOPA DE AIPIM COM CARNE 180G
	<b>SEGUNDA 09/12</b>	<b>TERÇA 10/12</b>	<b>QUARTA 11/12</b>	<b>QUINTA 12/12</b>	<b>SEXTA 13/12</b>
<b>Desjejum</b>	SUCO DE UVA 200ML	VITAMINA DE MANGA SEM LACTOSE	SUCO DE LARANJA 200 ML	LEITE SEM LACTOSE	SUCO DE LARANJA 200ML
	PÃO SEM LEITE E GLÚTEN COM MANTEIGA SEM LACTOSE	PÃO SEM LEITE E GLÚTEN COM PATÊ DE GRÃO DE BICO	PÃO SEM LEITE E GLÚTEN COM MANTEIGA SEM LACTOSE	BOLO DE BANANA COM AVEIA SEM GLÚTEN	PÃO SEM LEITE E GLÚTEN COM PATÊ DE GRÃO DE BICO
<b>Almoço</b>	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 FRANGO COM TOMATE 60G	CARNE MOÍDA AO MOLHO COM CENOURA E ERVILHA	FRANGO ASSADO 50G	POSTA ASSADA AO MOLHO	FRANGO ENSOPADO (50G E 20G DE MOLHO)
	BRÓCOLIS REFOGADO 50G	FAROFA DE COUVE 20G	LEGUMES SORTIDOS 50G	PURÊ DE BATATA SEM LEITE	POLENTA 100G
	SALADA DE PEPINO 35G	SALADA DE BETERRABA 35G	SALADA DE ALFACE 25G	SALADA DE TOMATE 40 G	SALADA DE ABOBRINHA 30G
	MAÇÃ	PÊSSEGO	MAMÃO	MELANCIA	BANANA
<b>Lanche</b>	MAMÃO / AVEIA EM FLOCOS FINOS SEM GLÚTEN	IOGURTE DE MORANGO SEM LACTOSE / FLOCOS DE ARROZ SEM GLÚTEN	BATIDA DE MAÇÃ SEM LACTOSE 190ML / FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR, LEITE E GLÚTEN	SUCO DE UVA 200ML / PÃO SEM LEITE E GLÚTEN COM MANTEIGA SEM LACTOSE	MAMÃO/ FLOCOS DE ARROZ SEM GLÚTEN
<b>Jantar</b>	POLENTA À BOLONHESA - JANTAR 200G	ESCONDIDINHO DE FRANGO	SUCO DE UVA 200ML/PÃO SEM LEITE E GLÚTEN COM CARNE MOÍDA	MACARRÃO SEM GLÚTEN 150G - FRANGO ENSOPADO	SOPA CREME DE BATATA SALSAS 200G



Milena Scharadong  
**Milena Scharadong**  
 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 II E PRÉ RISOTOLÂNDIA F**  
**DEZEMBRO**  
**SEM LACTOSE E GLÚTEN 2024**

**O MACARRÃO DEVE SER SEM GLÚTEN**  
**LER O RÓTULO DOS ALIMENTOS: NENHUM ALIMENTO DEVE CONTER GLÚTEN**  
**ATENÇÃO: TODOS OS UTENSÍLIOS UTILIZADOS PARA A PREPARAÇÃO DOS**  
**ALIMENTOS DA CRIANÇA DEVEM SER SEPARADOS, IDENTIFICADOS E HIGIENIZADOS**  
**SEPARADAMENTE. USAR ESPONJA SEPARADA.**

	<b>SEGUNDA 16/12</b>	<b>TERÇA 17/12</b>	<b>QUARTA 18/12</b>
<b>Desjejum</b>	VITAMINA DE BANANA SEM LACTOSE	SUCO DE UVA 200ML	LEITE SEM LACTOSE
	PÃO SEM LEITE E GLÚTEN COM PATÊ DE GRÃO DE BICO	BOLO DE LARANJA SEM AÇÚCAR 60G	PÃO SEM LEITE E GLÚTEN COM MANTEIGA SEM LACTOSE
<b>Almoço</b>	ARROZ 95G E FEIJÃO PRETO 100G	ARROZ 95G E FEIJÃO CARIOCA 100G	ARROZ 95G E FEIJÃO PRETO 100G
	ISCAS DE CARNE AO SUGO	ISCAS DE FRANGO GRELHADAS	ISCAS DE CARNE REFOGADAS
	MACARRÃO SEM GLÚTEN AO ALHO E ÓLEO	LEGUMES REFOGADOS 40G	BRÓCOLIS REFOGADO 50G
	SALADA DE PEPINO 35G LARANJA	SALADA DE BETERRABA 35G BANANA	SALADA DE TOMATE 40G MELANCIA
<b>Lanche</b>	SUCO DE LARANJA 200ML / PÃO SEM LEITE E GLÚTEN COM ISCAS DE FRANGO	MAMÃO / AVEIA EM FLOCOS FINOS SEM GLÚTEN	SUCO DE LARANJA 200ML/ BOLO DE COCO SEM LEITE E GLÚTEN
<b>Jantar</b>	CANJA 200G	SOPA CABOCLA 180G	POLENTA - JANTAR 120G + FRANGO ENSOPADO 70G