



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

Júliana R. D. Smedes
Júliana Rodrigues Dias Guedes
Gerência de Alimentação
Matrícula 184452
Nutricionista/CRN-8 6775

CARDÁPIO MATERNAL II E PRÉ SINGULAR B

DEZEMBRO
SEM LEITE, GLÚTEN E SOJA 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.

	SEGUNDA 02/12	TERÇA 03/12	QUARTA 04/12	QUINTA 05/12	SEXTA 06/12
Desjejum	LEITE DE COCO	SUCO DE MAÇÃ 200ML	VITAMINA DE MANGA COM LEITE DE COCO	SUCO DE UVA 200ML	LEITE DE COCO
	PÃO SEM LEITE E GLÚTEN COM MANTEIGA DE COCO	PÃO SEM LEITE E GLÚTEN COM PATÊ DE GRÃO DE BICO	PÃO SEM LEITE E GLÚTEN COM MANTEIGA DE COCO	BOLO DE BANANA COM AVEIA SEM GLÚTEN	PÃO SEM LEITE E GLÚTEN COM MANTEIGA DE COCO
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	BARREADO 70G	PEITO DE FRANGO À MILANESA SEM GLÚTEN	ISCAS DE CARNE REFOGADA 45G
	CENOURA REFOGADA 50G	BATATA SALSA REFOGADA 50G	FAROFA DE BANANA 20G	ABOBRINHA COLORIDA 50G	QUIRERA 60G
	SALADA DE ACELGA 20G	SALADA DE VAGEM 30G	SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 30G	SALADA DE TOMATE COM PEPINO 45G	SALADA DE COUVE-FLOR 20G
	MELÃO	MAÇÃ	MELANCIA	MAÇÃ	MANGA
Lanche	SUCO DE LARANJA 200ML/ PÃO SEM LEITE E GLÚTEN COM PATÊ DE GRÃO DE BICO	CHÁ DE MAÇÃ SEM AÇÚCAR 190ML / BOLO DE BANANA COM AVEIA SEM GLÚTEN	MAMÃO / AVEIA EM FLOCOS FINOS SEM GLÚTEN	BATIDA DE MAÇÃ COM LEITE DE COCO / BANANA	VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE COCO / FLOCOS DE ARROZ SEM GLÚTEN
Jantar	QUIRERA - JANTAR 120G + FRANGO ENSOPADO 70G	RISOTO DE FRANGO - JANTAR 200G	SOPA DE FEIJÃO COM MACARRÃO SEM GLÚTEN	POLENTA - JANTAR 120G + FRANGO ENSOPADO 70G	SOPA DE AIPIM COM CARNE 180G
	SEGUNDA 09/12	TERÇA 10/12	QUARTA 11/12	QUINTA 12/12	SEXTA 13/12
Desjejum	SUCO DE UVA 200ML	VITAMINA DE MANGA COM LEITE DE COCO	SUCO DE LARANJA 200 ML	LEITE DE COCO	SUCO DE MAÇÃ 200ML
	PÃO SEM LEITE E GLÚTEN COM MANTEIGA DE COCO	PÃO SEM LEITE E GLÚTEN COM PATÊ DE GRÃO DE BICO	PÃO SEM LEITE E GLÚTEN COM MANTEIGA DE COCO	BOLO DE BANANA COM AVEIA SEM GLÚTEN	PÃO SEM LEITE E GLÚTEN COM PATÊ DE GRÃO DE BICO
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 FRANGO COM TOMATE 60G	CARNE MOÍDA AO MOLHO COM CENOURA E ERVILHA	FRANGO ASSADO 50G	PICADINHO DE CARNE	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	MAMÃO	PÊSSEGO	MELANCIA	BANANA
Lanche	BATIDA DE MAÇÃ COM LEITE DE COCO 190ML / FLOCOS DE ARROZ SEM GLÚTEN	VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE COCO / FLOCOS DE ARROZ SEM GLÚTEN	MANGA / AVEIA EM FLOCOS FINOS SEM GLÚTEN	SUCO DE UVA 200ML / PÃO SEM LEITE E GLÚTEN COM MANTEIGA DE COCO	SUCO DE LARANJA 200ML/ BOLO DE COCO SEM LEITE E GLÚTEN
Jantar	POLENTA À BOLONHESA - JANTAR 200G	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES 180G	SUCO DE UVA 200ML/PÃO SEM LEITE E GLÚTEN COM CARNE MOÍDA	SOPA CAMPONESA 180G	ARROZ CARRETEIRO 180G



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

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

CARDÁPIO MATERNAL II E PRÉ SINGULAR B

DEZEMBRO
SEM LEITE, GLÚTEN E SOJA 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.

	SEGUNDA 16/12	TERÇA 17/12	QUARTA 18/12
Desjejum	VITAMINA DE BANANA COM LEITE DE COCO	SUCO DE UVA 200ML	LEITE DE COCO
	PÃO SEM LEITE E GLÚTEN COM MANTEIGA DE COCO	PÃO SEM LEITE E GLÚTEN COM PATÊ DE GRÃO DE BICO	PÃO SEM LEITE E GLÚTEN COM MANTEIGA DE COCO
Almoço	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 60G	ISCAS DE CARNE REFOGADAS
	MACARRÃO SEM GLÚTEN AO ALHO E ÓLEO	LEGUMES REFOGADOS 40G	CENOURA REFOGADA 50G
	SALADA DE PEPINO 35G LARANJA	SALADA DE BRÓCOLIS 20G BANANA	SALADA DE TOMATE 40G MAÇÃ
Lanche	SUCO DE MAÇÃ 200ML / PÃO SEM LEITE E GLÚTEN COM ISCAS DE FRANGO	LEITE DE COCO/ FLOCOS DE ARROZ SEM GLÚTEN	VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE COCO/ FLOCOS DE ARROZ SEM GLÚTEN
Jantar	RISOTO DE FRANGO - JANTAR 200G	SOPA CABOCLA 180G	CANJA 200G