



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

**CARDÁPIO MATERNAL II E PRÉ SINGULAR B**  
**DEZEMBRO**  
**SEM LEITE, OVOS, BANANA E FEIJÃO 2024**

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

	<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 DE SOJA	Suco de maçã 200ml	VITAMINA DE MANGA COM LEITE DE SOJA	Suco de uva 200ml	LEITE DE SOJA
	PÃO SEM LEITE com MANTEIGA DE COCO	PÃO SEM LEITE com PATÊ DE GRÃO DE BICO	PÃO SEM LEITE com MANTEIGA DE COCO	PÃO SEM LEITE COM MANTEIGA DE COCO	PÃO SEM LEITE com MANTEIGA DE COCO
<b>Almoço</b>	Arroz 95g	Arroz 95g	Arroz 95g	Arroz 95g	Arroz 95g
	Picadinho de carne 70g	ISCAS DE FRANGO GRELHADAS	Barreado 70g	ISCAS DE FRANGO GRELHADAS	Iscas de carne refogada 45g
	Cenoura refogada 50g	Batata salsa refogada 50g	FAROFA DE CENOURA	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
<b>Lanche</b>	Suco de laranja 200ml/ SANDUÍCHE VEGANO	Chá de maçã sem açúcar 190ml / PÃO SEM LEITE COM MANTEIGA DE COCO	Mamão / aveia em flocos finos 20g	MINGAU DE AVEIA COM LEITE DE SOJA/ MANGA	BEBIDA À BASE DE SOJA COM POLPA DE FRUTAS/ Flocos de milho sem açúcar 20g
<b>Jantar</b>	Quirera - jantar 120g + frango ensopado 70g	Risoto de frango - jantar 200g	SOPA CAMPONESA	Polenta - jantar 120g + frango ensopado 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 COM LEITE DE SOJA	Suco de laranja 200 ml	LEITE DE SOJA	Suco de maçã 200ml
	PÃO SEM LEITE com MANTEIGA DE COCO	PÃO SEM LEITE com PATÊ DE GRÃO DE BICO	PÃO SEM LEITE com MANTEIGA DE COCO	PÃO SEM LEITE COM MANTEIGA DE COCO	PÃO SEM LEITE com PATÊ DE GRÃO DE BICO
<b>Almoço</b>	Arroz 95g	Arroz 95g	Arroz 95g	Arroz 95g	Arroz 95g
	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	MANGA
<b>Lanche</b>	BATIDA DE MAÇÃ COM LEITE DE SOJA / Flocos de milho sem açúcar 20g	BEBIDA À BASE DE SOJA COM POLPA DE FRUTAS/ Flocos de arroz 10g	Manga / aveia em flocos finos 20g	Suco de uva 200ml / SANDUÍCHE VEGANO	Suco de laranja 200ml/ PÃO DE LEITE COM MANTEIGA DE COCO
<b>Jantar</b>	Polenta à bolonhesa - jantar 200g	Risoto de frango com legumes 180g	Suco de uva 200ml/PÃO SEM LEITE com carne moída	Sopa camponesa 180g	Arroz carreteiro 180g
	<b>SEGUNDA 16/12</b>	<b>TERÇA 17/12</b>	<b>QUARTA 18/12</b>		
<b>Desjejum</b>	VITAMINA DE MANGA COM LEITE DE SOJA	Suco de uva 200ml	LEITE DE SOJA		
	PÃO SEM LEITE com MANTEIGA DE COCO	PÃO SEM LEITE com PATÊ DE GRÃO DE BICO	PÃO SEM LEITE com MANTEIGA DE COCO		
<b>Almoço</b>	Arroz 95g	Arroz 95g	Arroz 95g		
	Iscas de carne ao sugo	Iscas de frango grelhadas 60g	ISCAS DE CARNE REFOGADAS		
	MACARRÃO SEM OVOS AO ALHO E ÓLEO	Legumes refogados 40g	Cenoura refogada 50g		
	Salada de pepino 35g	Salada de brócolis 20g	Salada de tomate 40g		
	Laranja	MANGA	Maçã		
<b>Lanche</b>	Suco de maçã 200ml / PÃO SEM LEITE com Iscas de frango	LEITE DE SOJA/ Flocos de milho sem açúcar 20g	VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE SOJA/ Flocos de arroz 10g		
<b>Jantar</b>	Risoto de frango - jantar 200g	Sopa cabocla 180g	Canja 200g		