



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

CARDÁPIO MATERNAL II E PRÉ SINGULAR E
DEZEMBRO
CELÍACO 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 190ML	SUCO DE MAÇÃ 200ML	VITAMINA DE MANGA 180ML	SUCO DE UVA 200ML	LEITE 190ML
	PÃO SEM GLÚTEN COM MANTEIGA 8G	PÃO SEM GLÚTEN COM QUEIJO 20G	PÃO SEM GLÚTEN COM MANTEIGA 8G	PÃO SEM GLÚTEN COM MANTEIGA 8G	BOLO DE BANANA COM AVEIA SEM GLÚTEN
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	PEITO DE FRANGO À MILANESA SEM GLÚTEN	ISCAS DE CARNE REFOGADA 45G	ISCAS DE FRANGO GRELHADAS	BARREADO 70G
	CENOURA REFOGADA 50G	ABOBRINHA COLORIDA 50G	QUIRERA 60G	BATATA SALSA REFOGADA 50G	FAROFA DE BANANA 20G
	SALADA DE ACELGA 20G	SALADA DE TOMATE COM PEPINO 45G	SALADA DE VAGEM 30G	SALADA DE COUVE-FLOR 20G	SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 30G
	MELÃO	MELANCIA	MAÇÃ	MANGA	MAÇÃ
Lanche	SUCO DE LARANJA 200ML/ SANDUÍCHE NAPOLITANO SEM GLÚTEN	IOGURTE COM MORANGO 180ML / FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR, LEITE E GLÚTEN	BATIDA DE MAÇÃ / BANANA	MAMÃO / AVEIA EM FLOCOS FINOS SEM GLÚTEN	CHÁ DE MAÇÃ SEM AÇÚCAR 190ML / BOLO DE BANANA COM AVEIA 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 180ML	SUCO DE LARANJA 200 ML	LEITE 190ML	SUCO DE MAÇÃ 200ML
	PÃO SEM GLÚTEN COM MANTEIGA 8G	PÃO SEM GLÚTEN COM QUEIJO 20G	BOLO DE BANANA COM AVEIA SEM GLÚTEN	PÃO SEM GLÚTEN COM MANTEIGA 8G	PÃO SEM GLÚTEN COM QUEIJO 20G
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	PICADINHO DE CARNE	FRANGO ENSOPADO (50G E 20G DE MOLHO)	CARNE MOÍDA AO MOLHO COM CENOURA E ERVILHA	FRANGO ASSADO 50G
	BRÓCOLIS REFOGADO 50G	PURÊ DE BATATA 60G	POLENTA 100G	FAROFA DE COUVE 20G	LEGUMES SORTIDOS 50G
	SALADA DE PEPINO 35G	SALADA DE TOMATE 40 G	SALADA DE ABOBRINHA 30G	SALADA DE BETERRABA 35G	SALADA DE ALFACE 25G
	MAÇÃ	BANANA	MELANCIA	PÊSSEGO	MAMÃO
Lanche	BATIDA DE MAÇÃ 190ML / FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR, LEITE E GLÚTEN	IOGURTE COM MORANGO 180ML / FLOCOS DE ARROZ SEM GLÚTEN	SUCO DE UVA 200ML / SANDUÍCHE NATURAL SEM GLÚTEN	MANGA / AVEIA EM FLOCOS FINOS SEM GLÚTEN	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 GLÚTEN COM CARNE MOÍDA	SOPA CAMPONESA 180G	ARROZ CARRETEIRO 180G
	SEGUNDA 16/12	TERÇA 17/12	QUARTA 18/12		
Desjejum	VITAMINA DE BANANA 180ML	SUCO DE UVA 200ML	LEITE 190ML		
	PÃO SEM GLÚTEN COM MANTEIGA 8G	PÃO SEM GLÚTEN COM QUEIJO 20G	PÃO SEM GLÚTEN COM MANTEIGA 8G		
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 COM TOMATE 60G	ISCAS DE CARNE REFOGADAS		
	CENOURA REFOGADA 50G	MACARRÃO SEM GLÚTEN AO ALHO E ÓLEO	LEGUMES REFOGADOS 40G		
	SALADA DE PEPINO 35G	SALADA DE BRÓCOLIS 20G	SALADA DE TOMATE 40G		
	LARANJA	BANANA	MAÇÃ		
Lanche	SUCO DE MAÇÃ 200ML / PÃO SEM GLÚTEN COM ISCAS DE FRANGO	LEITE 190 ML/ FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR, LEITE E GLÚTEN	VITAMINA DE MORANGO 180ML/ FLOCOS DE ARROZ SEM GLÚTEN		
Jantar	RISOTO DE FRANGO - JANTAR 200G	SOPA CABOCLA 180G	CANJA 200G		