



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

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

Juliana R. D. Guedes
Gerência de Alimentação
Matrícula 184452
Nutricionista/CRN-8 6775

CARDÁPIO MATERNAL II E PRÉ SINGULAR G

DEZEMBRO

SEM LEITE, GLÚTEN, SOJA, OLEAGINOSAS, OVOS, BANANA E TOMATE

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	PÃO SEM LEITE E GLÚTEN COM MANTEIGA DE COCO	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
	ISCAS DE CARNE REFOGADAS	ISCAS DE FRANGO GRELHADAS	ISCAS DE CARNE REFOGADA 45G	ISCAS DE FRANGO GRELHADAS	CARNE MOÍDA SEM TOMATE
	CENOURA REFOGADA 50G	ABOBRINHA REFOGADA	POLENTA	BATATA SALSA REFOGADA 50G	FAROFA DE CENOURA
	SALADA DE ACELGA 20G	SALADA DE PEPINO	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/ PÃO SEM LEITE E GLÚTEN COM PATÊ DE GRÃO DE BICO	VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE COCO / FLOCOS DE ARROZ SEM GLÚTEN	BATIDA DE MAÇÃ COM LEITE DE COCO / MANGA	BATIDA DE MAÇÃ COM LEITE DE COCO / MELANCIA	VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE COCO / FLOCOS DE ARROZ SEM GLÚTEN
Jantar	QUIRERA - JANTAR 120G + FRANGO ENSOPADO SEM TOMATE	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES	SOPA DE FEIJÃO COM MACARRÃO SEM OVOS E GLÚTEN	POLENTA - JANTAR 120G + FRANGO ENSOPADO SEM TOMATE	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	PÃO SEM LEITE E GLÚTEN COM MANTEIGA DE COCO	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 GRELHADAS	ISCAS DE CARNE REFOGADAS	FRANGO ENSOPADO SEM TOMATE	CARNE MOÍDA SEM TOMATE	FRANGO ASSADO 50G
	BRÓCOLIS REFOGADO 50G	PURÊ DE BATATA SEM LEITE	POLENTA 100G	COUVE REFOGADA	LEGUMES SORTIDOS 50G
	SALADA DE PEPINO 35G	SALADA DE BETERRABA	SALADA DE ABOBRINHA 30G	SALADA DE BETERRABA 35G	SALADA DE ALFACE 25G
	MAÇÃ	MANGA	MELANCIA	PÊSSEGO	MAMÃO
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	SUCO DE UVA 200ML / PÃO SEM LEITE E GLÚTEN COM MANTEIGA DE COCO	MANGA / AVEIA EM FLOCOS FINOS SEM GLÚTEN	SUCO DE LARANJA 200ML/ PÃO SEM LEITE E GLÚTEN COM MANTEIGA DE COCO
Jantar	POLENTA - JANTAR + CARNE MOÍDA SEM TOMATE	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES 180G	SUCO DE UVA 200ML/PÃO SEM LEITE E GLÚTEN COM CARNE MOÍDA	SOPA CAMPONESA 180G	RISOTO DE LEGUMES



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

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

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

CARDÁPIO MATERNAL II E PRÉ SINGULAR G

DEZEMBRO

SEM LEITE, GLÚTEN, SOJA, OLEAGINOSAS, OVOS, BANANA E TOMATE

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 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
Almoço	ARROZ 95G E FEIJÃO PRETO 100G	ARROZ 95G E FEIJÃO CARIOCA 100G	ARROZ 95G E FEIJÃO PRETO 100G
	ISCAS DE CARNE REFOGADAS	ISCAS DE FRANGO GRELHADAS	ISCAS DE CARNE REFOGADAS
	CENOURA REFOGADA 50G	MACARRÃO SEM OVOS E GLÚTEN AO ALHO E ÓLEO	LEGUMES REFOGADOS 40G
	SALADA DE PEPINO 35G LARANJA	SALADA DE BRÓCOLIS 20G MANGA	SALADA DE BETERRABA 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 COM LEGUMES	SOPA CABOCLA 180G	CANJA 200G