



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

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 RISOTOLÂNDIA C
 SEM LEITE MAIO
 2024**

				QUARTA 01/05	QUINTA 02/05	SEXTA 03/05
Desjejum			FERIADO	LEITE DE SOJA	Chá de camomila sem açúcar 190ml	
	Almoço			PÃO SEM LEITE COM MANTEIGA DE COCO	PÃO SEM LEITE COM PATÊ DE GRÃO DE BICO	
		Arroz 95g e feijão carioca AF 100g		Arroz 95g e feijão preto 100g		
		Carne moída refogada 70g (50g de carne e 20g de molho)		Isclas de frango grelhadas 60g		
		Macarrão AF à primavera 70g		QUIRERA		
		Salada de pepino 35g		Salada de acelga com cenoura 30g		
		Melão		Maçã		
Lanche				Chá de maçã com canela sem açúcar 190ml / PÃO SEM LEITE COM MANTEIGA DE COCO	Mamão/ Aveia em flocos finos 20g	
Jantar				Sopa camponesa 180g	Polenta à bolonhesa 200g	
SEGUNDA 06/05		TERÇA 07/05		QUARTA 08/05	QUINTA 09/05	SEXTA 10/05
Desjejum	LEITE DE SOJA	Chá de camomila sem açúcar 190ml	LEITE DE SOJA	Chá de erva doce sem açúcar 190ml	LEITE DE SOJA	
	PÃO SEM LEITE COM MANTEIGA DE COCO	PÃO SEM LEITE COM PATÊ DE GRÃO DE BICO	Muffin de maçã com uva passa 60g	PÃO SEM LEITE COM PATÊ DE GRÃO DE BICO	PÃO SEM LEITE COM MANTEIGA DE COCO	
Almoço	Arroz 95g e feijão carioca AF 100g	Arroz 95g e feijão preto 100g	Arroz 95g e feijão carioca AF 100g	Arroz 95g e feijão preto 100g	Arroz 95g e feijão carioca AF 100g	
	Bife ao molho roty 70g (60g carne e 10g molho)	ISCAS DE FRANGO GRELHADAS	Bolinho de carne 60g (3 unidades de 20g)	FRANGO À MILANESA	Barreado 70g	
	PURÊ DE BATATA SEM LEITE	Jardineira de legumes 50g	Macarrão à italiana 70g	Polenta 100g	Farofa de banana 20g	
	Salada de tomate 40g	Salada de alface 25g	Salada de abobrinha 30g	Salada de vagem 30g	Salada de repolho 23g	
	Melão	Maçã	Ponkan	Maçã	Laranja	
Lanche	VITAMINA DE MANGA COM LEITE DE SOJA 180ml / Flocos de milho sem açúcar	Suco de laranja 200ml / PÃO SEM LEITE COM MANTEIGA DE COCO	Banana / Aveia em flocos finos 20g	BEBIDA DE SOJA À BASE DE FRUTA 120ml / Flocos de milho sem açúcar	Suco de uva 200ml / Bolo de banana com aveia 60g	
Jantar	Canja 200g	MADALENA DE CARNE SEM LEITE	Risoto de frango com legumes 180g	Sopa de feijão com legumes 180g	Quirera com molho de frango 200g	
SEGUNDA 13/05		TERÇA 14/05	QUARTA 15/05	QUINTA 16/05	SEXTA 17/05	
Desjejum	LEITE DE SOJA	Chá de camomila sem açúcar 190ml	LEITE DE SOJA	LEITE DE SOJA	Chá de erva doce sem açúcar 190ml	
	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 PATÊ DE GRÃO DE BICO	BOLO DE BANANA COM AVEIA	
Almoço	Arroz 95g e feijão carioca AF 100g	Arroz 95g e feijão preto 100g	Arroz 95g e feijão carioca AF 100g	Arroz 95g e feijão preto 100g	Arroz 95g e feijão carioca AF 100g	
	Isclas de frango grelhadas 60g	Picadinho de carne 70g	Peito de frango à milanesa 50g	Isclas de carne 45g	Frango ensopado 70g	
	Quibebe 50g	Quirera 60g	Legumes sortidos 50g	PURÊ DE BATATA SEM LEITE	Farofa de couve 20g	
	Salada de brócolis 30g	Salada de beterraba 35g	Salada de alface 25g	Salada de tomate com pepino 45g	Salada de abobrinha 30g	
	Kivi	Laranja	Melão	Ponkan	Mamão	
Lanche	BATIDA DE MAÇÃ COM LEITE DE SOJA 190ml / Flocos de milho sem açúcar 20g	Mamão/ Aveia em flocos finos 20g	VITAMINA DE MANGA COM LEITE DE SOJA 180ml / Flocos de milho sem açúcar 20g	MINGAU DE AVEIA COM BANANA COM LEITE DE SOJA 200g / Maçã	Manga / Flocos de arroz 10g	
Jantar	Polenta à bolonhesa 200g	Sopa camponesa 180g	Suco de laranja 200ml/ PÃO SEM LEITE COM CARNE MOÍDA	Sopa de batata doce com frango 180g	Macarrão à bolonhesa 200g	



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

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 RISOTOLÂNDIA C
 SEM LEITE MAIO
 2024**

	SEGUNDA 20/05	TERÇA 21/05	QUARTA 22/05	QUINTA 23/05	SEXTA 24/05
Desjejum	LEITE DE SOJA	Chá de camomila sem açúcar 190ml	LEITE DE SOJA	Chá de erva doce sem açúcar 190ml	LEITE DE SOJA
	PÃO SEM LEITE COM MANTEIGA DE COCO	PÃO SEM LEITE COM PATÊ DE GRÃO DE BICO	Bolo de banana com aveia 60g	PÃO SEM LEITE COM MANTEIGA DE COCO	PÃO SEM LEITE COM PATÊ DE GRÃO DE BICO
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
	Bife de panela 70g	Frango à camponesa 70g	ISCAS DE CARNE	FRANGO À MILANESA	Carne moída com tomate e cheiro verde 50g
	QUIRERA	Polenta 100g	Brócolis refogado 50g	Chuchu refogado 50g	Jardineira de legumes 50g
	Salada de chuchu 25g	Salada de repolho verde com repolho roxo 30g	Salada de tomate 40g	Salada de beterraba 35g	Salada de alface 25g
	Maçã	Caqui	Laranja	Kiwi	Banana
Lanche	Chá de maçã com canela sem açúcar 190ml / PÃO SEM LEITE COM MANTEIGA DE COCO	Banana / Aveia em flocos finos 20g	BEBIDA DE SOJA À BASE DE FRUTA 120ml / Flocos de milho sem açúcar	Mamão / Aveia em flocos finos 20g	Suco de laranja 200ml / Muffin de maçã com uva passa 60g
Jantar	Risoto de frango 200g	Sopa de lentilha com carne 180g	ESCONDIDINHO DE FRANGO SEM LEITE	Sopa de abóbora com carne 180g	Quirera com molho de frango 200g
	SEGUNDA 27/05	TERÇA 28/05	QUARTA 29/05	QUINTA 30/05	SEXTA 31/05
Desjejum	LEITE DE SOJA	Chá de maçã com canela sem açúcar 190ml	LEITE DE SOJA	FERIADO	RECESSO
	PÃO SEM LEITE COM MANTEIGA DE COCO	PÃO SEM LEITE COM PATÊ DE GRÃO DE BICO	PÃO SEM LEITE 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 frango grelhadas 60g	Bolinho de carne 60g (3 unidades de 20g)	Frango à jardineira 70g		
	Brócolis refogado 50g	PURÊ DE BATATA SEM LEITE	Quirera 60g		
	Salada de tomate 40g	Salada de vagem com cenoura 30g	Salada de alface 25g		
Lanche	Suco de uva 200ml / PÃO SEM LEITE COM MANTEIGA DE COCO	MINGAU DE AVEIA COM BANANA COM LEITE DE SOJA 200g / Maçã	Mamão / Flocos de arroz 10g		
Jantar	Arroz carreteiro 180g	Canja 200g	Sopa de feijão com macarrão 180g		