



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 I (1 ano e 7 meses - 2anos e 11 meses) E MATERNAL ÚNICO
SEM OVOS JUNHO
2024**

RISOTOLÂNDIA F

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

	SEGUNDA 03/06	TERÇA 04/06	QUARTA 05/06	QUINTA 06/06	SEXTA 07/06
Desjejum	Leite 190ml	Chá de erva doce sem açúcar 190ml	Leite 190ml	Chá de camomila sem açúcar 190ml	Leite 190ml
	Pão de leite com manteiga 8g	Pão de forma com queijo 20g	Pão de integral com manteiga 8g	Pão de leite com queijo 20g	Pão de forma com manteiga 8g
Colação	Manga	Abacate	Laranja	Melão	Mamão
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
	Strogonoff de carne 70g	Frango assado 50g	Barreado 70g	Frango à jardineira	Carne moída com tomate AF (orgânico) e cheiro verde 50g
	Batata salsa refogada 50g	Brócolis refogado 50g	Farofa de banana 20g	Creme de milho 60g	Quiabebe 50g
	Salada de tomate 40g	Salada de cenoura 25g	Salada de alface 25g	Salada de beterraba 35g	Salada de couve-flor 20g
	Maçã	Caqui	Kiwi	Ponkan AF (orgânica)	Maçã
Lanche	Suco de uva 200ml / BOLO DE BANANA COM AVEIA SEM OVOS	Mingau de aveia 200g/ Banana	Creme de morango 100g / Flocos de milho sem açúcar 20g	Suco de laranja 200ml/ Sanduíche natural	Mamão/ Aveia em flocos finos 20g
Jantar	Polenta com molho de frango - jantar 200g	Sopa de lentilha com carne 180g	Canja 200g	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES COM MACARRÃO SEM OVOS E GLÚTEN	Quirera com molho de frango 200g
	SEGUNDA 10/06	TERÇA 11/06	QUARTA 12/06	QUINTA 13/06	SEXTA 14/06
Desjejum	Chá de camomila sem açúcar 190ml	Leite com canela 190ml	Chá de maçã com canela sem açúcar 190ml	Leite 190ml	Chá de erva doce sem açúcar 190ml
	Pão de integral com manteiga 8g	Pão de leite com queijo 20g	BOLO DE BANANA COM AVEIA SEM OVOS	Pão de forma com manteiga 8g	Pão de leite com queijo 20g
Colação	Ponkan	Maçã	Melão	Laranja	Banana
Almoço	Arroz AF 95g e feijão carioca AF 100g	Arroz AF 95g e feijão preto AF 100g	Arroz AF 95g e feijão carioca AF 100g	Arroz AF 95g e feijão preto AF 100g	Arroz AF 95g e feijão carioca AF 100g
	CARNE MOÍDA COM MOLHO	Isclas de frango grelhadas 60g	Bife de panela 70g	Frango ensopado 70g	Picadinho de carne 70g
	MACARRÃO SEM OVOS AO ALHO E ÓLEO	Legumes sortidos	Chuchu refogado 50g	Batata doce refogada 50g	Creme de aipim 70g
	Salada de pepino 35g	Salada de alface 25g	Salada de cenoura 25g	Salada de repolho com tomate 30g	Salada de abobrinha AF (orgânica) 30g
	Laranja	Ponkan	Mamão	Maçã	Ponkan
Lanche	Suco de uva 200ml / Sanduíche napolitano	Mamão/ Flocos de arroz 10g	Vitamina de banana 180ml / Flocos de milho sem açúcar 20g	Creme de manga 150ml / Aveia em flocos finos 20g	Suco de laranja 200ml / BOLO DE BANANA COM AVEIA SEM OVOS
Jantar	Sopa camponesa 180g	Cozido de aipim com carne 170g	Risoto de frango com legumes 180g	MACARRÃO SEM OVOS À BOLONHESA	Escondidinho de frango 170g



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 I (1 ano e 7 meses - 2anos e 11 meses) E MATERNAL ÚNICO
SEM OVOS JUNHO
2024**

RISOTOLÂNDIA F

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

	SEGUNDA 17/06	TERÇA 18/06	QUARTA 19/06	QUINTA 20/06	SEXTA 21/06
Desjejum	Leite AF 190ml	Chá de camomila sem açúcar 190ml	Leite AF com canela 190ml	Chá de erva doce sem açúcar 190ml	Leite AF 190ml
	Pão de forma com manteiga AF 8g	Pão de leite com queijo 20g	BOLO DE BANANA COM AVEIA SEM OVOS	Pão integral com manteiga AF 8g	Pão de forma com queijo 20g
Colação	Melão	Maçã	Melão	Ponkan	Mamão
Almoço	Arroz AF 95g e feijão preto AF 100g	Arroz AF 95g e feijão carioca 100g	Arroz AF 95g e feijão preto AF 100g	Arroz AF 95g e feijão carioca 100g	Arroz AF 95g e feijão preto AF 100g
	Frango à camponesa 70g Polenta 100g	Carne moída refogada 50g Farofa de couve 20g	Stroganoff de frango 70g Batata salsa refogada 50g	Iscas de carne 45g Purê de ervilha 60g	ISCAS DE FRANGO GRELHADAS Couve refogada 50g
	Salada de acelga 20g	Salada de repolho com tomate 30g	Salada de vagem 30g	Salada de cenoura 25g	Salada de couve-flor AF (orgânica) 20g
	Banana	Laranja	Caqui	Manga	Maçã
Lanche	Suco de laranja AF 200ml/ Sanduíche napolitano	Vitamina de manga (leite AF) 180ml / Flocos de milho sem açúcar 20g	Creme de morango 100g/ Flocos de milho sem açúcar 20g	Banana AF (orgânica) / Flocos de arroz 10g	Suco de uva AF 200 ml / BOLO DE BANANA COM AVEIA SEM OVOS
Jantar	Arroz carreteiro 180g	Polenta com molho de frango - jantar 200g	SOPA DE FEIJÃO COM MACARRÃO SEM OVOS E GLÚTEN	Quirera com molho de frango - jantar 200g	SOPA DE ABÓBORA COM CARNE COM MACARRÃO SEM OVOS E GLÚTEN
	SEGUNDA 24/06	TERÇA 25/06	QUARTA 26/06	QUINTA 27/07	SEXTA 28/06
Desjejum	Chá de camomila sem açúcar 190ml	Leite AF 190ml	Chá de erva doce sem açúcar 190ml	Leite AF 190ml	Chá de maçã com canela sem açúcar 190ml
	Pão integral com manteiga AF 8g	Pão de leite com queijo 20g	Pão de forma com manteiga AF 8g	Pão de leite com queijo 20g	Pão integral com manteiga AF 8g
Colação	Maçã	Kivi	Banana	Caqui	Melão
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 ao molho roty (60g carne e 10g molho)	Frango à jardineira	Posta assada com molho (50g de carne e 20g de molho)	Iscas de frango grelhadas com açafraão 60g	Carne moída com tomate e cheiro verde 50g
	Purê de batata 60g	MACARRÃO SEM OVOS AO ALHO E ÓLEO	Quirera - almoço 60g	Chuchu refogado 50g	Farofa de cenoura AF (orgânica) 20g
	Salada de vagem 30g	Salada de pepino 35g	Salada de acelga com cenoura 30g	Salada de tomate 40g	Salada de abobrinha AF (orgânica) 30g
	Laranja	Mamão	Ponkan	Maçã	Banana
Lanche	Vitamina de banana (leite AF) 180ml / Flocos de milho sem açúcar 20g	Creme de manga 100g / Aveia em flocos finos 20g	Suco de maçã 200ml / Sanduíche natural	Mamão/ Aveia em flocos finos 20g	Suco de laranja AF 200ml / BOLO DE BANANA COM AVEIA SEM OVOS
Jantar	Canja 200g	Sopa creme de batata salsa 200g	Polenta com molho de frango - jantar 200g	SOPA DE ABÓBORA COM CARNE COM MACARRÃO SEM OVOS E GLÚTEN	Risoto de frango - jantar 200g