



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 SINGULAR D
CONSTIPAÇÃO JUNHO 2024

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 INTEGRAL com manteiga 8g | PÃO INTEGRAL com queijo 20g | Pão de integral com manteiga 8g | PÃO INTEGRAL com queijo 20g | PÃO INTEGRAL com manteiga 8g |
| Colação | Ponkan | MAMÃO | Laranja | Melão | Mamão |
| Almoço | ARROZ INTEGRAL e feijão carioca AF 100g | ARROZ INTEGRAL e feijão preto 100g | ARROZ INTEGRAL e feijão carioca AF 100g | ARROZ INTEGRAL e feijão preto 100g | ARROZ INTEGRAL 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 | Quibebe 50g |
| | Salada de tomate 40g | Salada de cenoura 25g | Salada de alface 25g | Salada de beterraba 35g | Salada de couve-flor 20g |
| | MELÃO | Caqui | Kiwi | Ponkan | MELÃO |
| Lanche | Suco de laranja 200ml/ SANDUÍCHE NATURAL INTEGRAL | Mamão/ Aveia em flocos finos 20g | Creme de morango 100g / Flocos de milho sem açúcar 20g | Suco de uva AF 200ml / Muffin de maçã com uva passa 60g | Mingau de aveia 200g/ MAMÃO |
| Jantar | Polenta com molho de frango - jantar 200g | Sopa de lentilha com carne 180g | Canja 200g | Sopa de feijão com legumes 180g | Quirera com molho de frango 200g |
| | SEGUNDA 10/06 | TERÇA 11/06 | QUARTA 12/06 | QUINTA 13/06 | SEXTA 14/06 |
| Desjejum | Leite com canela 190ml | Chá de camomila sem açúcar 190ml | Leite 190ml | Chá de erva doce sem açúcar 190ml | Leite 190ml |
| | Pão de integral com manteiga 8g | PÃO INTEGRAL com queijo 20g | Bolo de banana com aveia 60g | PÃO INTEGRAL com manteiga 8g | PÃO INTEGRAL com queijo 20g |
| Colação | Ponkan | Melão | MANGA | Laranja | MAMÃO |
| Almoço | ARROZ INTEGRAL e feijão carioca AF 100g | ARROZ INTEGRAL e feijão preto AF 100g | ARROZ INTEGRAL e feijão carioca AF 100g | ARROZ INTEGRAL e feijão preto AF 100g | ARROZ INTEGRAL e feijão carioca AF 100g |
| | Picadinho de carne 70g | Iscas de frango grelhadas 60g | Carne moída refogada 70g | Frango ensopado 70g | Almôndegas com molho 70g |
| | Macarrão ao alho e óleo 65g | Legumes sortidos | Chuchu refogado 50g | Batata doce refogada 50g | Cenoura refogada 50g |
| | Salada de pepino 35g | Salada de alface 25g | Salada de cenoura 25g | Salada de repolho com tomate 30g | Salada de abobrinha AF (orgânica) 30g |
| Lanche | Laranja | Ponkan | Laranja | MELÃO | Ponkan |
| Jantar | Vitamina de morango 180ml/ Flocos de milho sem açúcar 20g | Mamão/ Flocos de arroz 10g | VITAMINA DE MANGA / Flocos de milho sem açúcar 20g | Creme de manga 150ml / Aveia em flocos finos 20g | Suco de laranja 200ml / Muffin de maçã e uvas passas 60g |
| Jantar | Sopa camponesa 180g | Suco de laranja 200ml/ Pão com carne moída | Polenta com molho de frango - jantar 200g | Macarrão à bolonhesa- jantar 200g | Risoto de frango com legumes 180g |



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 SINGULAR D
CONSTIPAÇÃO JUNHO 2024

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 INTEGRAL com manteiga AF 8g | PÃO INTEGRAL com queijo 20g | Muffin de maçã com uva passa 60g | Pão integral com manteiga AF 8g | PÃO INTEGRAL com queijo 20g |
| Colação | MANGA | MAMÃO | Melão | Ponkan | Mamão |
| Almoço | ARROZ INTEGRAL e feijão preto AF 100g | ARROZ INTEGRAL e feijão carioca 100g | ARROZ INTEGRAL e feijão preto AF 100g | ARROZ INTEGRAL e feijão carioca 100g | ARROZ INTEGRAL e feijão preto AF 100g |
| | Frango à camponesa 70g | Carne moída refogada 50g | Stroganoff de frango 70g | Iscas de carne 45g | Peito de frango à milanesa 50g |
| | Polenta 100g | Farofa de couve 20g | Brócolis refogado 50g | COUVE FLOR REFOGADA | Purê de batatas mista 60g |
| | Salada de alface 25g | Salada de repolho com tomate 30g | Salada de acelga 20g | Salada de cenoura 25g | Salada de couve-flor AF (orgânica) 20g |
| | Melão | Laranja | Ponkan | MELÃO | Caqui |
| Lanche | Suco de laranja AF 200ml/ SANDUÍCHE NAPOLITANO INTEGRAL | Vitamina de manga (leite AF) 180ml / Flocos de milho sem açúcar 20g | Creme de morango 100g/ Flocos de milho sem açúcar 20g | MAMÃO / Flocos de arroz 10g | Suco de uva 200 ml / Bolo de banana com aveia 60g |
| Jantar | Arroz carreteiro 180g | Escondidinho de frango 170g | Sopa de feijão com macarrão 180g | Quirera com molho de frango - jantar 200g | Sopa de abóbora com carne 180g |
| | SEGUNDA 24/06 | TERÇA 25/06 | QUARTA 26/06 | QUINTA 27/07 | SEXTA 28/06 |
| Desjejum | Leite AF 190ml | Chá de camomila sem açúcar 190ml | Leite AF 190ml | Chá de erva doce sem açúcar 190ml | Leite AF com canela 190ml |
| | Pão integral com manteiga AF 8g | PÃO INTEGRAL com queijo 20g | PÃO INTEGRAL com manteiga AF 8g | PÃO INTEGRAL com queijo 20g | Pão integral com manteiga AF 8g |
| Colação | MAMÃO | Kiwi | Caqui | MAMÃO | Melão |
| Almoço | ARROZ INTEGRAL e feijão preto 100g | ARROZ INTEGRAL e feijão carioca 100g | ARROZ INTEGRAL e feijão preto 100g | ARROZ INTEGRAL e feijão carioca 100g | ARROZ INTEGRAL e feijão preto 100g |
| | Carne moída com tomate e cheiro verde 50g | Frango à jardineira | Picadinho de carne 70g | Iscas de frango grelhadas com açafrão 60g | Posta assada com molho (50g de carne e 20g de molho) |
| | CHUCHU REFOGADO | Macarrão ao alho e óleo 65g | Quirera - almoço 60g | Chuchu refogado 50g | Farofa de cenoura AF (orgânica) 20g |
| | Salada de pepino 35g | Salada de vagem 30g | Salada de acelga com cenoura 30g | Salada de tomate 40g | Salada de abobrinha AF (orgânica) 30g |
| | Laranja | Mamão | Ponkan | LARANJA | MANGA |
| Lanche | VITAMINA DE MANGA / Flocos de milho sem açúcar 20g | MANGA / Aveia em flocos finos 20g | Suco de maçã 200ml / SANDUÍCHE NATURAL INTEGRAL | Mamão/ Aveia em flocos finos 20g | Suco de laranja AF 200ml / Muffin de maçã e uvas passas 60g |
| Jantar | Canja 200g | Sopa creme de batata salsa 200g | Sopa de abóbora com carne 180g | Polenta com almondegas ao molho 150 g | Risoto de frango - jantar 200g |