



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
LACTOVEGETARIANO JUNHO
2024

Júliana R. de Guedes
Júliana 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
Colação	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
Almoço	Ponkan	Banana	Laranja	Melão	Mamão
	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
	LENTILHA REFOGADA	PASTA DE GRÃO DE BICO	PROTEÍNA DE SOJA AO MOLHO	LENTILHA REFOGADA	GRÃO DE BICO AO MOLHO
	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	Maçã
Lanche	Suco de laranja 200ml/ Sanduíche natural	Mamão/ Aveia em flocos finos 20g	Creme de morango 100g / Flocos de milho sem açúcar 20g	Suco de uva AF 200ml / BOLO DE BANANA COM AVEIA SEM OVOS	Mingau de aveia 200g/ Banana
Jantar	POLENTA À BOLONHESA VEGANA	SOPA DE LENTILHA SEM CARNE	RISOTO DE LEGUMES	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES SEM CARNE	POLENTA À BOLONHESA VEGANA
	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
Colação	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
Almoço	Ponkan	Melão	Maçã	Laranja	Banana
	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
	LENTILHA REFOGADA	PROTEÍNA DE SOJA AO MOLHO	GRÃO DE BICO AO MOLHO	PROTEÍNA DE SOJA À CAMPONESA	LENTILHA REFOGADA
	CARRÃO SEM OVOS AO ALHO E ÓLEO	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
	Laranja	Ponkan	Laranja	Maçã	Ponkan
Lanche	Vitamina de morango 180ml/ Flocos de milho sem açúcar 20g	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 SEM CARNE	Suco de laranja 200ml/ PÃO DE FORMA COM PROTEÍNA DE SOJA	POLENTA À BOLONHESA VEGANA	MACARRÃO A BOLONHESA VEGANA	RISOTO DE LEGUMES



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
LACTOVEGETARIANO JUNHO
2024

Júliana R. de Guedes
Júliana 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	Maçã	Banana	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
	PROTEÍNA DE SOJA A CAMPONESA	GRÃO DE BICO AO MOLHO	PASTA DE GRÃO DE BICO	LENTILHA REFOGADA	PROTEÍNA DE SOJA AO MOLHO
	Polenta 100g	Farofa de couve 20g	Brócolis refogado 50g	Creme de aipim 70g	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	Maçã	Caqui
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 200 ml / BOLO DE BANANA COM AVEIA SEM OVOS
Jantar	RISOTO DE LEGUMES	SOPA CREME DE BATATA SALSAS SEM CARNE	SOPA DE FEIJÃO COM MACARRÃO SEM CARNE	POLENTA À BOLONHESA VEGANA	SOPA DE ABÓBORA SEM CARNE
	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 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	Kiwi	Caqui	Banana	Melão
Almoço	Arroz AF 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
	PROTEÍNA DE SOJA A CAMPONESA	GRÃO DE BICO AO MOLHO	LENTILHA REFOGADA	PASTA DE GRÃO DE BICO	PROTEÍNA DE SOJA AO MOLHO
	Purê de batata 60g	ACARRÃO SEM OVOS AO ALHO E ÓLEO	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	Maçã	Banana
Lanche	Vitamina de banana (leite AF) 180ml / Flocos de milho sem açúcar 20g	Banana / 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	RISOTO DE LEGUMES	SOPA CREME DE BATATA SALSAS SEM CARNE	SOPA DE ABÓBORA SEM CARNE	POLENTA À BOLONHESA VEGANA	RISOTO DE LEGUMES