



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 G
CONSTIPAÇÃO JUNHO
2024

Juliana R. dos 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 à jardineira	Carne moída com tomate e cheiro verde 50g	Frango assado 50g	Posta assada com molho (50g de carne e 20g de molho)
	Brócolis refogado 50g	Creme de milho 60g	Quibebe 50g	Batata salsa refogada 50g	Farofa de cenoura AF (orgânica) 20g
	Salada de tomate 40g	Salada de beterraba 35g	Salada de couve-flor 20g	Salada de cenoura 25g	Salada de alface AF (orgânica) 25g
	MELÃO	Kiwi	MELÃO	Caqui	Ponkan
Lanche	Suco de laranja 200ml/ SANDUÍCHE NATURAL INTEGRAL	Creme de morango 100g / Flocos de milho sem açúcar 20g	Mamão/ Aveia em flocos finos 20g	Mingau de aveia 200g/ MAMÃO	Suco de uva 200ml / Muffin de maçã com uva passa 60g
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	PÃO INTEGRAL com manteiga 8g	Bolo de banana com aveia 60g	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	Frango ensopado 70g	Almôndegas com molho 70g	Isclas de frango grelhadas 60g	Carne moída refogada 70g
	Batata doce refogada 50g	Macarrão ao alho e óleo 65g	Cenoura refogada 50g	Legumes sortidos (brócolis AF - orgânico)	Chuchu refogado 50g
	Salada de pepino 35g	Salada de repolho com tomate 30g	Salada de abobrinha 30g	Salada de alface AF (orgânica) 25g	Salada de cenoura 25g
	Laranja	MAMÃO	Ponkan	Mamão	Ponkan
Lanche	Vitamina de morango 180ml/ Flocos de milho sem açúcar 20g	Suco de laranja 200ml / Muffin de maçã e uvas passas 60g	Creme de manga 150ml / Aveia em flocos finos 20g	Vitamina de banana 180ml / Flocos de milho sem açúcar 20g	Mamão/ Flocos de arroz 10g
Jantar	Macarrão à bolonhesa- jantar 200g	Suco de laranja 200ml/ Pão com carne moída	Polenta com molho de frango - jantar 200g	Sopa camponesa 180g	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 G
CONSTIPAÇÃO JUNHO
2024

Juliana R. dos 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	Pão integral com manteiga AF 8g	Muffin de maçã com uva passa 60g	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	Isclas de carne 45g	Peito de frango à milanesa 50g	Carne moída refogada 50g	Strogonoff de frango 70g
	Polenta 100g	COUVE FLOR REFOGADA	Purê de batatas mista 60g	Farofa de couve AF (orgânica) 20g	Brócolis AF (orgânico) refogado 50g
	Salada de acelga 20g	Salada de cenoura 25g	Salada de couve-flor 20g	Salada de repolho com tomate 30g	Salada de vagem 30g
	Melão	MELÃO	Laranja AF (orgânica)	Caqui	Ponkan
Lanche	Suco de laranja AF 200ml/ SANDUÍCHE NAPOLITANO INTEGRAL	Suco de uva 200 ml / Bolo de banana com aveia 60g	Vitamina de manga (leite AF) 180ml / Flocos de milho sem açúcar 20g	MAMÃO / Flocos de arroz 10g	Creme de morango 100g/ Flocos de milho sem açúcar 20g
Jantar	Escondidinho de frango 170g	Arroz carreteiro 180g	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	Isclas de frango grelhadas com açafrão 60g	Barreado 70g	Frango à jardineira	Picadinho de carne 70g
	Quirera - almoço 60g	Chuchu refogado 50g	Farofa de banana 20g	Macarrão ao alho e óleo 65g	CHUCHU REFOGADO
	Salada de pepino 35g	Salada de tomate 40g	Salada de acelga com cenoura 30g	Salada de vagem 30g	Salada de acelga com cenoura 30g
	Laranja	MELÃO	Mamão	Ponkan	Maçã
Lanche	Vitamina de banana (leite AF) 180ml / Flocos de milho sem açúcar 20g	Suco de maçã 200ml / SANDUÍCHE NATURAL INTEGRAL	MANGA / Aveia em flocos finos 20g	Suco de laranja AF 200ml / Muffin de maçã e uvas passas 60g	Mamão/ Aveia em flocos finos 20g
Jantar	Canja 200g	Sopa creme de batata salsa 200g	Polenta com almondegas ao molho 150 g	Sopa de abóbora com carne 180g	Risoto de frango - jantar 200g