



Juliana R. de 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 F
 SEM GLÚTEN, OVOS, CACAU E FRUTOS DO MAR JULHO
 2024**

***O MACARRÃO DEVE SER SEM GLÚTEN
 LER O RÓTULO DOS ALIMENTOS: NENHUM ALIMENTO DEVE CONTER GLUTÊN
 ATENÇÃO: TODOS OS UTENSÍLIOS UTILIZADOS PARA A PREPARAÇÃO DOS
 ALIMENTOS DA CRIANÇA DEVEM SER SEPARADOS, IDENTIFICADOS E HIGIENIZADOS
 SEPARADAMENTE. USAR ESPONJA SEPARADA.**

	SEGUNDA 01/07	TERÇA 02/07	QUARTA 03/07	QUINTA 04/07	SEXTA 05/07
Desjejum	LEITE 190ML	CHÁ DE ERVA DOCE SEM AÇÚCAR 190ML	LEITE 190ML		
	PÃO SEM GLÚTEN COM MANTEIGA 8G	PÃO SEM GLÚTEN COM QUEIJO 20G	PÃO SEM GLÚTEN COM MANTEIGA 8G		
Almoço	ARROZ 95G E FEIJÃO PRETO 100G	ARROZ 95G E FEIJÃO CARIOCA 100G	ARROZ 95G E FEIJÃO PRETO 100G		
	CARNE MOÍDA COM TOMATE E CHEIRO VERDE 50G	FRANGO ASSADO 70G	PICADINHO DE CARNE 70G		
	LEGUMES REFOGADOS 40G	FAROFA DE COUVE 20G	MACARRÃO SEM OVOS E GLÚTEN AO ALHO E ÓLEO		
	SALADA DE PEPINO 35G	SALADA DE CHUCHU 25G	SALADA DE ALFACE COM TOMATE 35G		
	MAÇÃ	MAMÃO	MELÃO		
Lanche	SUCO DE UVA 200ML/ SANDUÍCHE NATURAL COM PÃO SEM GLÚTEN	IOGURTE DE MORANGO 120MLL/FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR, LEITE E GLÚTEN	CHÁ DE MAÇÃ COM CANELA SEM AÇÚCAR 190ML/ BOLO DE BANANA COM AVEIA SEM OVOS E GLÚTEN		
Jantar	SOPA CAMPONESA 180G	ESCONDIDINHO DE FRANGO 170G	POLENTA À BOLONHESA 200G		
	SEGUNDA 08/07	TERÇA 09/07	QUARTA 10/07	QUINTA 11/07	SEXTA 12/07
Desjejum					
Almoço			RECESSO		
Lanche					
Jantar					
	SEGUNDA 15/07	TERÇA 16/07	QUARTA 17/07	QUINTA 18/07	SEXTA 19/07
Desjejum					
Almoço			RECESSO		
Lanche					
Jantar					



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 F
 SEM GLÚTEN, OVOS, CACAU E FRUTOS DO MAR JULHO
 2024**

***O MACARRÃO DEVE SER SEM GLÚTEN
 LER O RÓTULO DOS ALIMENTOS: NENHUM ALIMENTO DEVE CONTER GLÚTEN
 ATENÇÃO: TODOS OS UTENSÍLIOS UTILIZADOS PARA A PREPARAÇÃO DOS
 ALIMENTOS DA CRIANÇA DEVEM SER SEPARADOS, IDENTIFICADOS E HIGIENIZADOS
 SEPARADAMENTE. USAR ESPONJA SEPARADA.**

	SEGUNDA 22/07	TERÇA 23/07	QUARTA 24/07	QUINTA 25/07	SEXTA 26/07
Desjejum		LEITE 190ML	CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR 190ML	LEITE 190ML	CHÁ DE ERVA DOCE SEM AÇÚCAR 190ML
		PÃO SEM GLÚTEN COM MANTEIGA 8G	PÃO SEM GLÚTEN COM QUEIJO 20G	PÃO SEM GLÚTEN COM MANTEIGA 8G	BOLO DE BANANA COM AVEIA SEM OVOS E GLÚTEN
Almoço		ARROZ 95G E FEIJÃO CARIOCA 100G	ARROZ 95G E FEIJÃO PRETO 100G	ARROZ 95G E FEIJÃO CARIOCA 100G	ARROZ 95G E FEIJÃO PRETO 100G
		ISCAS DE FRANGO GRELHADAS	CARNE MOÍDA À CAMPONESA 70G	BARREADO 70G	CARNE MOÍDA REFOGADA
		POLENTA	BATATA DOCE REFOGADA 50G	FAROFA DE CENOURA 20G	JARDINEIRA DE LEGUMES 50G
		SALADA DE BRÓCOLIS 30G	SALADA DE PEPINO 35G	SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 30G	CARNE MOÍDA REFOGADA
		MAÇÃ	PONKAN	LARANJA	MAÇÃ
Lanche		SUCO DE LARANJA 200ML/ BOLO DE BANANA COM AVEIA SEM OVOS E GLÚTEN	BATIDA DE MAÇÃ/ BANANA	SUCO DE MAÇÃ 200ML/ SANDUÍCHE NATURAL COM PÃO SEM GLÚTEN	IOGURTE DE MORANGO 120ML/ FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR, LEITE E GLÚTEN
Jantar	MACARRÃO SEM OVOS E GLÚTEN À BOLONHESA	POLENTA COM MOLHO DE FRANGO 200G	ARROZ CARRETEIRO 180G	SOPA CREME CAIPIRA 180G	
	SEGUNDA 29/07	TERÇA 30/07	QUARTA 31/07		
Desjejum	LEITE 190ML	CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR 190ML	LEITE 190ML		
	PÃO SEM GLÚTEN COM MANTEIGA 8G	PÃO SEM GLÚTEN COM MANTEIGA 8G	PÃO SEM GLÚTEN COM QUEIJO 20G		
Almoço	ARROZ 95G E FEIJÃO PRETO 100G	ARROZ 95G E FEIJÃO CARIOCA 100G	ARROZ 95G E FEIJÃO PRETO 100G		
	CARNE MOÍDA REFOGADA 70G (50G CARNE + 20G DE MOLHO)	FRANGO ENSOPADO 70G	ENSOPADO CAIPIRA 110G		
	MACARRÃO SEM OVOS E GLÚTEN AO ALHO E ÓLEO	QUIRERA 60G	BRÓCOLIS REFOGADO 50G		
	SALADA DE PEPINO 35G	SALADA DE ACELGA COM CENOURA 30G	SALADA DE ALFACE 25G		
	PONKAN	BANANA	PONKAN		
Lanche	CREME DE MORANGO 100G/ FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR, LEITE E GLÚTEN	SUCO DE UVA 200ML/ SANDUÍCHE NATURAL COM PÃO SEM GLÚTEN	SUCO DE LARANJA 200 ML/ BOLO DE BANANA COM AVEIA SEM OVOS E GLÚTEN		
Jantar	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES 180G	CANJA 200G	MADALENA DE CARNE 170G		