



*Juliana R. D. 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  
 SEM LACTOSE E GLÚTEN  
 2024**

**SINGULAR A  
 JULHO**

**\*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.**

	<b>SEGUNDA 01/07</b>	<b>TERÇA 02/07</b>	<b>QUARTA 03/07</b>	<b>QUINTA 04/07</b>	<b>SEXTA 05/07</b>
<b>Desjejum</b>	LEITE SEM LACTOSE	CHÁ DE ERVA DOCE SEM AÇÚCAR 190ML	LEITE SEM LACTOSE		
	PÃO SEM LEITE E GLÚTEN COM MANTEIGA SEM LACTOSE	PÃO SEM LEITE E GLÚTEN COM PATÊ DE GRÃO DE BICO	PÃO SEM LEITE E GLÚTEN COM MANTEIGA SEM LACTOSE		
<b>Almoço</b>	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		
	MACARRÃO SEM GLÚTEN AO ALHO E ÓLEO	FAROFA DE COUVE 20G	LEGUMES REFOGADOS 40G		
	SALADA DE PEPINO 35G	SALADA DE CHUCHU 25G	SALADA DE ALFACE COM TOMATE 35G		
	MAÇÃ	MAMÃO	MELÃO		
<b>Lanche</b>	SUCO DE UVA 200ML/ PÃO SEM LEITE E GLÚTEN COM PATÊ DE CENOURA	IOGURTE DE MORANGO SEM LACTOSE/FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR, LEITE E GLÚTEN	CHÁ DE MAÇÃ COM CANELA SEM AÇÚCAR 190ML/ BOLO DE BANANA COM AVEIA SEM GLÚTEN		
<b>Jantar</b>	SOPA CAMPONESA 180G	ESCONDIDINHO DE FRANGO SEM LEITE	POLENTA À BOLONHESA 200G		
	<b>SEGUNDA 08/07</b>	<b>TERÇA 09/07</b>	<b>QUARTA 10/07</b>	<b>QUINTA 11/07</b>	<b>SEXTA 12/07</b>
<b>Desjejum</b>					
<b>Almoço</b>			<b>RECESSO</b>		
<b>Lanche</b>					
<b>Jantar</b>					
	<b>SEGUNDA 15/07</b>	<b>TERÇA 16/07</b>	<b>QUARTA 17/07</b>	<b>QUINTA 18/07</b>	<b>SEXTA 19/07</b>
<b>Desjejum</b>					
<b>Almoço</b>			<b>RECESSO</b>		
<b>Lanche</b>					
<b>Jantar</b>					



*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  
 SEM LACTOSE E GLÚTEN  
 2024**

**SINGULAR A  
 JULHO**

**\*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.**

	<b>SEGUNDA 22/07</b>	<b>TERÇA 23/07</b>	<b>QUARTA 24/07</b>	<b>QUINTA 25/07</b>	<b>SEXTA 26/07</b>
<b>Desjejum</b>		LEITE SEM LACTOSE	CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR 190ML	LEITE SEM LACTOSE	CHÁ DE ERVA DOCE SEM AÇÚCAR 190ML
		PÃO SEM LEITE E GLÚTEN COM MANTEIGA SEM LACTOSE	PÃO SEM LEITE E GLÚTEN COM PATÊ DE GRÃO DE BICO	PÃO SEM LEITE E GLÚTEN COM MANTEIGA SEM LACTOSE	BOLO DE BANANA COM AVEIA SEM GLÚTEN
<b>Almoço</b>		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	ALMÔNDEGAS COM MOLHO (55G + 20G DE MOLHO)
		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	SALADA DE BETERRABA 35G
		MAÇÃ	PONKAN	LARANJA	MAÇÃ
<b>Lanche</b>	SUCO DE LARANJA 200ML/ BOLO DE BANANA COM AVEIA SEM GLÚTEN	MINGAU DE AVEIA SEM LACTOSE E GLÚTEN/ BANANA	SUCO DE MAÇÃ 200ML/ PÃO SEM LEITE E GLÚTEN COM PATÊ DE CENOURA	IOGURTE DE MORANGO SEM LACTOSE/ FLOCOS DE ARROZ SEM GLÚTEN	
<b>Jantar</b>	MACARRÃO SEM GLÚTEN À BOLONHESA	POLENTA COM MOLHO DE FRANGO 200G	ARROZ CARRETEIRO 180G	SOPA CREME CAIPIRA 180G	
	<b>SEGUNDA 29/07</b>	<b>TERÇA 30/07</b>	<b>QUARTA 31/07</b>		
<b>Desjejum</b>	LEITE SEM LACTOSE	CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR 190ML	LEITE SEM LACTOSE		
	PÃO SEM LEITE E GLÚTEN COM MANTEIGA SEM LACTOSE	PÃO SEM LEITE E GLÚTEN COM MANTEIGA SEM LACTOSE	PÃO SEM LEITE E GLÚTEN COM PATÊ DE GRÃO DE BICO		
<b>Almoço</b>	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 GLÚTEN AO ALHO E ÓLEO	QUIRERA 60G	BRÓCOLIS REFOGADO 50G		
	SALADA DE PEPINO 35G	SALADA DE ACELGA COM CENOURA 30G	SALADA DE ALFACE 25G		
	LARANJA	BANANA	PONKAN		
<b>Lanche</b>	SUCO DE UVA 200ML/ PÃO SEM LEITE E GLÚTEN COM PATÊ DE CENOURA	VITAMINA DE MANGA SEM LACTOSE/ FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR, LEITE E GLÚTEN	SUCO DE LARANJA 200 ML/ BOLO DE COCO SEM LEITE E GLÚTEN		
<b>Jantar</b>	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES 180G	CANJA 200G	MADALENA DE CARNE SEM LEITE		