



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 SINGULAR E
DIETA ISENTA DE ÓLEO JULHO
2024

TODAS AS PREPARAÇÕES DEVEM SER FEITAS SEM ÓLEO. SERVIR PÃO FRANCÊS SEM MIOLO

	SEGUNDA 01/07	TERÇA 02/07	QUARTA 03/07	QUINTA 04/07	SEXTA 05/07
Desjejum	LEITE DESNATADO	LEITE DESNATADO	LEITE DESNATADO		
	PÃO FRANCÊS	PÃO FRANCÊS	PÃO FRANCÊS		
Almoço	ARROZ 95G E FEIJÃO PRETO 100G	ARROZ 95G E FEIJÃO CARIOCA 100G	ARROZ 95G E FEIJÃO PRETO 100G		
	QUIRERA 60G	LEGUMES REFOGADOS 40G	FAROFA DE COUVE 20G		
	SALADA DE PEPINO 35G	SALADA DE ALFACE COM TOMATE 35G	SALADA DE CHUCHU 25G		
	Maçã	Melão	Mamão		
Lanche	Suco de uva 200ml/ PÃO FRANCÊS	LEITE DESNATADO/ PÃO FRANCÊS	LEITE DESNATADO/Flocos de milho sem açúcar 20g		
Jantar	ARROZ + FEIJÃO CARIOCA + CENOURA REFOGADA	ARROZ + FEIJÃO PRETO + CHUCHU REFOGADO	ARROZ + FEIJÃO CARIOCA + COUVE REFOGADA		
	SEGUNDA 08/07	TERÇA 09/07	QUARTA 10/07	QUINTA 11/07	SEXTA 12/07
Desjejum			RECESSO		
Almoço					
Lanche					
Jantar					
	SEGUNDA 15/07	TERÇA 16/07	QUARTA 17/07	QUINTA 18/07	SEXTA 19/07
Desjejum			RECESSO		
Almoço					
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 SINGULAR E
DIETA ISENTA DE ÓLEO JULHO
2024

TODAS AS PREPARAÇÕES DEVEM SER FEITAS SEM ÓLEO. SERVIR PÃO FRANCÊS SEM MIOLO

	SEGUNDA 22/07	TERÇA 23/07	QUARTA 24/07	QUINTA 25/07	SEXTA 26/07
Desjejum		LEITE DESNATADO	LEITE DESNATADO	LEITE DESNATADO	LEITE DESNATADO
		PÃO FRANCÊS	PÃO FRANCÊS	PÃO FRANCÊS	PÃO FRANCÊS
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
		BATATA DOCE REFOGADA 50G	POLENTA	JARDINEIRA DE LEGUMES 50G	FAROFA DE COUVE
		SALADA DE PEPINO 35G	SALADA DE BRÓCOLIS 30G	SALADA DE BETERRABA 35G	SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 30G
		Maçã	Laranja	Ponkan	Mamão
Lanche		Suco de laranja 200ml/ PÃO FRANCÊS	Suco de maçã 200ml/ PÃO FRANCÊS	LEITE DESNATADO/ Flocos de arroz 10g	LEITE DESNATADO/ Banana
Jantar	ARROZ + FEIJÃO PRETO + BETERRABA COZIDA	ARROZ + FEIJÃO CARIOCA + BATATA SALSA COZIDA	ARROZ + FEIJÃO PRETO + ABOBRINHA REFOGADA	ARROZ + FEIJÃO CARIOCA + CENOURA REFOGADA	
	SEGUNDA 29/07	TERÇA 30/07	QUARTA 31/07		
Desjejum	LEITE DESNATADO	LEITE DESNATADO	LEITE DESNATADO		
	PÃO FRANCÊS	PÃO FRANCÊS	PÃO FRANCÊS		
Almoço	ARROZ 95G E FEIJÃO PRETO 100G	ARROZ 95G E FEIJÃO CARIOCA 100G	ARROZ 95G E FEIJÃO PRETO 100G		
	QUIRERA 60G	MACARRÃO SEM OVOS AO SUGO	BRÓCOLIS REFOGADO 50G		
	SALADA DE PEPINO 35G	SALADA DE ALFACE 25G	SALADA DE ACELGA COM CENOURA 30G		
	Laranja	Ponkan	Banana		
Lanche	VITAMINA DE MANGA COM LEITE DESNATADO/ Flocos de milho sem açúcar 20g	Suco de uva 200ml/ PÃO FRANCÊS	Suco de laranja 200 ml/ PÃO FRANCÊS		
Jantar	ARROZ + FEIJÃO CARIOCA + COUVE-FLORES REFOGADA	ARROZ + FEIJÃO PRETO + CHUCHU REFOGADA	ARROZ + FEIJÃO CARIOCA + BATATA SALSA COZIDA		