



Juliana R. dos Guedes  
 Juliana Rodrigues Dias Guedes  
 Gerência de Alimentação  
 Matrícula 184452  
 Nutricionista/CRN-8 6775

**CARDÁPIO MATERNAL II E PRÉ SINGULAR A**  
**SEM LACTOSE, OVOS E BANANA SETEMBRO**  
 2024

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

	<b>SEGUNDA 02/09</b>	<b>TERÇA 03/09</b>	<b>QUARTA 04/09</b>	<b>QUINTA 05/09</b>	<b>SEXTA 06/09</b>
<b>Desjejum</b>	LEITE SEM LACTOSE	Chá de camomila sem açúcar 190ml	VITAMINA DE MORANGO SEM LACTOSE	LEITE SEM LACTOSE	Chá de erva doce sem açúcar 190ml
	PÃO SEM LEITE com MANTEIGA SEM LACTOSE	PÃO SEM LEITE com PATÊ DE GRÃO DE BICO	PÃO SEM LEITE com MANTEIGA SEM LACTOSE	PÃO SEM LEITE com PATÊ DE GRÃO DE BICO	PÃO SEM LEITE com MANTEIGA SEM LACTOSE
<b>Almoço</b>	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
	Carne moída com tomate e cheiro verde 50g	Frango ensopado (50g de carne e 20g molho)	Picadinho de carne 70g	Frango assado 50g	Barreado 70g
	Quirera - almoço 60g	Farofa de couve 20g	Batata salsa cozida 50g	CREME DE MILHO SEM LACTOSE	FAROFA DE CENOURA
	Salada de tomate 40g Melão	Salada de beterraba 35g Laranja	Salada de brócolis 30g Salada de fruta 70g	Salada de cenoura 25g Laranja	Salada de acelga AF (orgânica) 20g Mamão
<b>Lanche</b>	VITAMINA DE MANGA SEM LACTOSE / Flocos de milho sem açúcar 20g	MAMÃO / Aveia em flocos finos 20g	Suco de uva 200ml / SANDUÍCHE VEGANO	IOGURTE DE MORANGO SEM LACTOSE / Flocos de arroz 10g	Suco de laranja AF 200ml /PÃO SEM LEITE COM MANTEIGA SEM LACTOSE
<b>Jantar</b>	Polenta com molho de frango - jantar 200g	SOPA DE FEIJÃO COM MACARRÃO SEM GLÚTEN E OVOS	Risoto de frango - jantar 200g	SOPA DE ABÓBORA COM CARNE COM MACARRÃO SEM OVOS	Quirera com molho de frango - jantar 200g
	<b>SEGUNDA 09/09</b>	<b>TERÇA 10/09</b>	<b>QUARTA 11/09</b>	<b>QUINTA 12/09</b>	<b>SEXTA 13/08</b>
<b>Desjejum</b>	LEITE SEM LACTOSE	LEITE SEM LACTOSE	VITAMINA DE MORANGO SEM LACTOSE	LEITE SEM LACTOSE	Chá de camomila sem açúcar 190ml
	PÃO SEM LEITE com PATÊ DE GRÃO DE BICO	PÃO SEM LEITE com MANTEIGA SEM LACTOSE	PÃO SEM LEITE com PATÊ DE GRÃO DE BICO	PÃO SEM LEITE com MANTEIGA SEM LACTOSE	PÃO SEM LEITE com PATÊ DE GRÃO DE BICO
<b>Almoço</b>	Arroz 95g e feijão preto AF 100g	Arroz 95g e feijão carioca AF 100g	Arroz 95g e feijão preto AF 100g	Arroz 95g e feijão carioca AF 100g	Arroz 95g e feijão preto AF 100g
	Frango à camponesa 70g	Iscas de carne à brasileira 60g	Iscas de frango grelhadas 60g	Iscas de carne 45g	ISCAS DE FRANGO GRELHADAS
	MACARRÃO SEM OVOS AO ALHO E ÓLEO	Brócolis cozido 50g	Abobrinha colorida 50g	Farofa de cenoura 20g	PURÊ DE BATATA SEM LEITE
	Salada de pepino 35g Maçã	Salada de abobrinha 30g Melão	Salada de repolho 30g Melancia	Salada de beterraba 35g MAÇÃ	Salada de alface 25g Mamão
<b>Lanche</b>	VITAMINA DE GOIABA SEM LACTOSE / Flocos de milho sem açúcar 20g	MINGAU DE AVEIA SEM LACTOSE 200g / Maçã	Mamão / Flocos de arroz 10g	VITAMINA DE MANGA SEM LACTOSE/ Flocos de milho sem açúcar 20g	Suco de maçã 200ml / PÃO SEM LEITE COM MANTEIGA SEM LACTOSE
<b>Jantar</b>	Suco de uva 200 ml / PÃO SEM LEITE com carne moída 35g	POLENTA À BOLONHESA	Sopa Camponesa 180g	Arroz Carreteiro 180g	MACARRÃO SEM OVOS À BOLONHESA



*Juliana R. dos Guedes*  
**Juliana Rodrigues Dias Guedes**  
 Gerência de Alimentação  
 Matrícula 184452  
 Nutricionista/CRN-8 6775

**CARDÁPIO MATERNAL II E PRÉ SINGULAR A**  
**SEM LACTOSE, OVOS E BANANA**  
**2024**  
**SETEMBRO**

*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

	<b>SEGUNDA 16/09</b>	<b>TERÇA 17/09</b>	<b>QUARTA 18/09</b>	<b>QUINTA 19/09</b>	<b>SEXTA 20/09</b>
<b>Desjejum</b>	LEITE SEM LACTOSE	Chá de camomila sem açúcar 190ml	LEITE SEM LACTOSE	LEITE SEM LACTOSE	Chá de erva doce sem açúcar 190ml
	PÃO SEM LEITE com MANTEIGA SEM LACTOSE	PÃO SEM LEITE com PATÊ DE GRÃO DE BICO	PÃO SEM LEITE COM MANTEIGA SEM LACTOSE	PÃO SEM LEITE com MANTEIGA SEM LACTOSE	PÃO SEM LEITE com PATÊ DE GRÃO DE BICO
<b>Almoço</b>	Arroz 95g e feijão preto AF 100g	Arroz 95g e feijão carioca 100g	Arroz 95g e feijão preto AF 100g	Arroz 95g e feijão carioca 100g	Arroz 95g e feijão preto 100g
	Iscas de carne 45g	Iscas de frango grelhadas 60g	CARNE MOÍDA REFOGADA	ISCAS DE FRANGO GRELHADAS	Frango à camponesa 70g
	Polenta 100g	MACARRÃO SEM OVOS AO SUGO	Quibebe 50g	Batata doce refogada 50g	Quirera - almoço 60g
	Salada de acelga 20g	Salada de vagem 30g	Salada de tomate 40g	Salada de repolho verde AF (orgânico) com repolho roxo 30g	Salada de alface 25g
	Laranja	MANGA	Melão	Melancia	Laranja
<b>Lanche</b>	Suco de uva 200ml / PÃO SEM LEITE com carne moída	BATIDA DE MAÇÃ SEM LACTOSE / Flocos de milho sem açúcar 20g	Mamão / Aveia em flocos finos 20g	Suco de laranja 200ml /PÃO SEM LEITE COM MANTEIGA SEM LACTOSE	IOGURTE DE MORANGO SEM LACTOSE / Aveia em flocos finos 20g
<b>Jantar</b>	Canja 200g	Sopa creme de batata salsa 200g	Quirera com molho de frango - jantar 200g	Sopa de aipim com carne 180g	Polenta à bolonhesa 200g
	<b>SEGUNDA 23/09</b>	<b>TERÇA 24/09</b>	<b>QUARTA 25/09</b>	<b>QUINTA 26/09</b>	<b>SEXTA 27/09</b>
<b>Desjejum</b>	LEITE SEM LACTOSE	Chá de camomila sem açúcar 190ml	Suco de uva 200ml	LEITE SEM LACTOSE	Chá de camomila sem açúcar 190ml
	PÃO SEM LEITE com MANTEIGA SEM LACTOSE	PÃO SEM LEITE com PATÊ DE GRÃO DE BICO	PÃO SEM LEITE com MANTEIGA SEM LACTOSE	PÃO SEM LEITE com PATÊ DE GRÃO DE BICO	PÃO SEM LEITE com MANTEIGA SEM LACTOSE
<b>Almoço</b>	Arroz 95g e feijão preto AF 100g	Arroz 95g e feijão carioca AF 100g	Arroz 95g e feijão preto AF 100g	Arroz 95g e feijão carioca AF 100g	Arroz 95g e feijão preto AF 100g
	Iscas de frango com tomate 60g	Carne moída refogada 50g	Iscas de frango grelhadas 60g	Posta assada com molho (50g de carne e 20g de molho)	Iscas de frango com batata 60g
	Brócolis cozido 50g	MACARRÃO SEM OVOS AO ALHO E ÓLEO	Legumes sortidos 50g	Farofa de couve AF (orgânica) 20g	Chuchu refogado 50g
	Salada de pepino 35g	Salada de repolho com tomate 30g	Salada de alface 25g	Salada de vagem AF (orgânica) com cenoura 30g	Salada de tomate 40g
	Maçã	Melão	Melancia	Salada de fruta 70g	Maçã
<b>Lanche</b>	Suco de maçã 200ml / SANDUÍCHE VEGANO	Mamão / Aveia em flocos finos 20g	VITAMINA DE MORANGO SEM LACTOSE / Flocos de milho sem açúcar 20g	VITAMINA DE MANGA SEM LACTOSE / Flocos de arroz 10g	Chá de erva doce sem açúcar 190ml/ SANDUÍCHE VEGANO
<b>Jantar</b>	Polenta à bolonhesa - jantar (200g)	Risoto de frango - jantar 200g	MADALENA DE CARNE SEM LEITE	Canja 150g	Sopa de carne com batata e brócolis 180g
	<b>SEGUNDA 30/09</b>				
<b>Desjejum</b>	Suco de laranja 200ml				
	PÃO SEM LEITE com MANTEIGA SEM LACTOSE				
<b>Almoço</b>	Arroz 95g e feijão preto AF 100g				
	Frango ensopado (50g de carne e 20g molho)				
	Polenta 100g				
	Salada de tomate 40g				
	Laranja				
<b>Lanche</b>	Suco de uva 200ml /PÃO SEM LEITE COM MANTEIGA SEM LACTOSE				
<b>Jantar</b>	Arroz Carreteiro 180g				