



*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 B**  
**SELETIVIDADE ALIMENTAR VEGETARIANA SETEMBRO**  
**2024**

OBSERVAÇÃO: ENVIAR TODOS OS ALIMENTOS SEPARADOS, INCLUSIVE OS RECHEIOS DOS PÃES. ALIMENTOS E PREPARAÇÕES DO CARDÁPIO GERAL PODEM SER OFERTADOS À CRIANÇA SEMPRE QUE TIVER UMA PORÇÃO DISPONÍVEL.

	<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 190ml	SUCO DE UVA	LEITE	Leite 190ml	SUCO DE LARANJA
	Pão de leite com manteiga AF 8g	PÃO FRANCÊS com queijo 20g	PÃO FRANCÊS com manteiga AF 8g	Pão de leite com queijo 20g	PÃO FRANCÊS com manteiga AF 8g
<b>Almoço</b>	Arroz 95g e FEIJÃO PRETO	Arroz 95g e FEIJÃO CARIOCA	Arroz 95g e FEIJÃO PRETO	Arroz 95g e FEIJÃO CARIOCA	Arroz 95g e FEIJÃO PRETO
	OVOS MEXIDOS	OVOS MEXIDOS	OVOS MEXIDOS	OVOS MEXIDOS	OVOS MEXIDOS
	MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO	MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO	MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO	MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO	MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO
	Salada de tomate 40g	Salada de beterraba 35g	Salada de brócolis 30g	Salada de cenoura 25g	Salada de acelga AF (orgânica) 20g
	BANANA	BANANA	BANANA	BANANA	BANANA
<b>Lanche</b>	LEITE / Flocos de milho sem açúcar 20g + MAÇÃ	Banana / FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR	Suco de uva 200ml / BISCOITO CREAM CRAKER + MAÇÃ	logurte de morango 120g / Flocos de arroz 10g	Suco de laranja AF 200ml / BISCOITO CREAM CRAKER + MAÇÃ
<b>Jantar</b>	ARROZ + FEIJÃO PRETO + MACARRÃO ALHO E ÓLEO	ARROZ + FEIJÃO CARIOCA + MACARRÃO ALHO E ÓLEO	ARROZ + FEIJÃO PRETO + MACARRÃO ALHO E ÓLEO	ARROZ + FEIJÃO CARIOCA + MACARRÃO ALHO E ÓLEO	ARROZ + FEIJÃO PRETO + MACARRÃO ALHO E ÓLEO
	<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 190ml	Leite 190ml	LEITE	Leite 190ml	SUCO DE UVA
	PÃO FRANCÊS com queijo 20g	Pão de leite com manteiga AF 8g	PÃO FRANCÊS com queijo 20g	PÃO FRANCÊS com manteiga AF 8g	Pão de leite com queijo 20g
<b>Almoço</b>	Arroz 95g e FEIJÃO CARIOCA	Arroz 95g e FEIJÃO PRETO	Arroz 95g e FEIJÃO CARIOCA	Arroz 95g e FEIJÃO PRETO	Arroz 95g e FEIJÃO CARIOCA
	OVOS MEXIDOS	OVOS MEXIDOS	OVOS MEXIDOS	OVOS MEXIDOS	OVOS MEXIDOS
	Macarrão ao alho e óleo 65g	MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO	MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO	MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO	MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO
	Salada de pepino 35g	Salada de abobrinha 30g	Salada de repolho 30g	Salada de beterraba 35g	Salada de alface 25g
	BANANA	BANANA	BANANA	Banana	BANANA
<b>Lanche</b>	LEITE / Flocos de milho sem açúcar 20g + MAÇÃ	LEITE + BISCOITO CREAM CRAKER / Maçã	BANANA / Flocos de arroz 10g	LEITE/ Flocos de milho sem açúcar 20g + MAÇÃ	Suco de maçã 200ml / BISCOITO CREAM CRAKER + MAÇÃ
<b>Jantar</b>	ARROZ + FEIJÃO CARIOCA + MACARRÃO ALHO E ÓLEO	ARROZ + FEIJÃO PRETO + MACARRÃO ALHO E ÓLEO	ARROZ + FEIJÃO CARIOCA + MACARRÃO ALHO E ÓLEO	ARROZ + FEIJÃO PRETO + MACARRÃO ALHO E ÓLEO	ARROZ + FEIJÃO CARIOCA + MACARRÃO ALHO E ÓLEO



*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 SINGULAR B**  
**SELETIVIDADE ALIMENTAR VEGETARIANA SETEMBRO**  
**2024**

OBSERVAÇÃO: ENVIAR TODOS OS ALIMENTOS SEPARADOS, INCLUSIVE OS RECHEIOS DOS PÃES. ALIMENTOS E PREPARAÇÕES DO CARDÁPIO GERAL PODEM SER OFERTADOS À CRIANÇA SEMPRE QUE TIVER UMA PORÇÃO DISPONÍVEL.

	<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 AF 190ml	SUCO DE UVA	Leite AF 190ml	Leite AF 190ml	SUCO DE LARANJA
	PÃO FRANCÊS com manteiga AF 8g	PÃO FRANCÊS com queijo 20g	PÃO DE LEITE COM QUEIJO	PÃO FRANCÊS com manteiga AF 8g	Pão de leite com queijo 20g
<b>Almoço</b>	Arroz 95g e FEIJÃO CARIOCA	Arroz 95g e FEIJÃO PRETO	Arroz 95g e FEIJÃO CARIOCA	Arroz 95g e FEIJÃO PRETO	Arroz 95g e FEIJÃO CARIOCA
	OVOS MEXIDOS	OVOS MEXIDOS	OVOS MEXIDOS	OVOS MEXIDOS	OVOS MEXIDOS
	MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO	MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO	MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO	MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO	MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO
	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
	BANANA	Banana	BANANA	BANANA	BANANA
<b>Lanche</b>	Suco de uva 200ml / BISCOITO CREAM CRAKER + MAÇÃ	LEITE / Flocos de milho sem açúcar 20g + MAÇÃ	BANANA / FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR	Suco de laranja 200ml / BISCOITO CREAM CRAKER + MAÇÃ	logurte de morango 120g / FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR + MAÇÃ
<b>Jantar</b>	ARROZ + FEIJÃO CARIOCA + MACARRÃO ALHO E ÓLEO	ARROZ + FEIJÃO PRETO + MACARRÃO ALHO E ÓLEO	ARROZ + FEIJÃO CARIOCA + MACARRÃO ALHO E ÓLEO	ARROZ + FEIJÃO PRETO + MACARRÃO ALHO E ÓLEO	ARROZ + FEIJÃO CARIOCA + MACARRÃO ALHO E ÓLEO
	<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 AF 190ml	SUCO DE UVA	Suco de uva 200ml	Leite AF 190ml	SUCO DE UVA
	PÃO FRANCÊS com manteiga AF 8g	Pão de leite com queijo 20g	PÃO FRANCÊS com manteiga AF 8g	PÃO DE LEITE com queijo 20g	PÃO FRANCÊS com manteiga AF 8g
<b>Almoço</b>	Arroz 95g e FEIJÃO CARIOCA	Arroz 95g e FEIJÃO PRETO	Arroz 95g e FEIJÃO CARIOCA	Arroz 95g e FEIJÃO PRETO	Arroz 95g e FEIJÃO CARIOCA
	OVOS MEXIDOS	OVOS MEXIDOS	OVOS MEXIDOS	OVOS MEXIDOS	OVOS MEXIDOS
	MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO	Macarrão ao alho e óleo 65g	MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO	MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO	MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO
	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
	BANANA	BANANA	BANANA	BANANA	BANANA
<b>Lanche</b>	Suco de maçã 200ml / BISCOITO CREAM CRAKER + MAÇÃ	BANANA / FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR	LEITE / Flocos de milho sem açúcar 20g + MAÇÃ	LEITE / Flocos de arroz 10g + MAÇÃ	SUCO DE LARANJA/ BISCOITO CREAM CRAKER + MAÇÃ
<b>Jantar</b>	ARROZ + FEIJÃO CARIOCA + MACARRÃO ALHO E ÓLEO	ARROZ + FEIJÃO PRETO + MACARRÃO ALHO E ÓLEO	ARROZ + FEIJÃO CARIOCA + MACARRÃO ALHO E ÓLEO	ARROZ + FEIJÃO PRETO + MACARRÃO ALHO E ÓLEO	ARROZ + FEIJÃO CARIOCA + MACARRÃO ALHO E ÓLEO
	<b>SEGUNDA 30/09</b>				
<b>Desjejum</b>	Suco de laranja 200ml				
	PÃO FRANCÊS com manteiga AF 8g				
<b>Almoço</b>	Arroz 95g e FEIJÃO CARIOCA				
	OVOS MEXIDOS				
	MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO				
	Salada de tomate 40g				
	BANANA				
<b>Lanche</b>	Suco de uva 200ml / Bolo de chocolate 60g + MAÇÃ				
<b>Jantar</b>	ARROZ + FEIJÃO CARIOCA + MACARRÃO ALHO E ÓLEO				