



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 I (1 ano e 7 meses - 2anos e 11 meses) E MATERNAL ÚNICO
 CELÍACO OUTUBRO 2024**

RISOTOLÂNDIA C

**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.**

		TERÇA 01/10	QUARTA 02/10	QUINTA 03/10	SEXTA 04/10
Desjejum		LEITE 190ML	CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR 190ML	VITAMINA DE BANANA 180ML	SUCO DE UVA 200ML
		PÃO SEM GLÚTEN COM MANTEIGA 8G	PÃO SEM GLÚTEN COM QUEIJO 20G	PÃO SEM GLÚTEN COM MANTEIGA 8G	PÃO SEM GLÚTEN COM QUEIJO 20G
Colação		MANGA	BANANA	MELANCIA	MAÇÃ
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
		CARNE MOÍDA REFOGADA 70G (50G DE CARNE E 20G DE MOLHO)	ISCAS DE FRANGO COM BATATA 60G	BARREADO 70G	PEITO DE FRANGO À MILANESA SEM GLÚTEN
		PURÊ DE BATATA 60G	BRÓCOLIS REFOGADO 50G	FAROFA DE BANANA 20G	LEGUMES SORTIDOS 50G
		SALADA DE PEPINO 35G	SALADA DE ACELGA COM CENOURA 30G	SALADA DE ALFACE 25G	SALADA DE VAGEM 30G
		MAÇÃ	MELÃO	SALADA DE FRUTAS	MAMÃO
Lanche		SUCO DE LARANJA / SANDUÍCHE NAPOLITANO SEM GLÚTEN	MAMÃO/ AVEIA EM FLOCOS FINOS SEM GLÚTEN	CHÁ DE MAÇÃ SEM AÇÚCAR 190ML / BOLO DE BANANA COM AVEIA SEM GLÚTEN	VITAMINA DE MORANGO 180ML / FLOCOS DE ARROZ SEM GLÚTEN
Jantar		SOPA CAMPONESA 180G	POLENTA À BOLONHESA 200G	QUIRERA COM MOLHO DE FRANGO - JANTAR 200G	MACARRÃO SEM GLÚTEN À BOLONHESA
	SEGUNDA 07/10	TERÇA 08/10	QUARTA 09/10	QUINTA 10/10	SEXTA 11/10
Desjejum		LEITE 190ML	CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR 190ML	LEITE 190ML	CHÁ DE ERVA DOCE SEM AÇÚCAR 190ML
		PÃO SEM GLÚTEN COM MANTEIGA AF 8G	PÃO SEM GLÚTEN COM QUEIJO 20G	BOLO DE BANANA COM AVEIA SEM GLÚTEN	PÃO SEM GLÚTEN COM QUEIJO 20G
Colação		MELÃO	BANANA	MELANCIA	MAÇÃ
Almoço		ARROZ 95G E FEIJÃO PRETO 100G	ARROZ 95G E FEIJÃO CARIOCA 100G	ARROZ 95G E FEIJÃO PRETO 100G	ARROZ 95G E FEIJÃO PRETO 100G
		ISCAS DE CARNE COM AÇAFRÃO 50G	ISCAS DE FRANGO GRELHADAS	CARNE MOÍDA REFOGADA	PEITO DE FRANGO À MILANESA SEM GLÚTEN
		POLENTA 100G	BRÓCOLIS REFOGADO 50G	MACARRÃO SEM GLÚTEN AO ALHO E ÓLEO	QUIBEBE 50G
		SALADA DE TOMATE 40G	SALADA DE ACELGA	SALADA DE ALFACE 25G	SALADA DE CHUCHU 25G
	MELANCIA	MAÇÃ	MELÃO	BANANA AF (ORGÂNICA)	LARANJA
Lanche		VITAMINA DE MANGA 180ML / FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR, LEITE E GLÚTEN	SUCO DE LARANJA 200ML / SANDUÍCHE NATURAL COM PÃO SEM GLÚTEN	MAMÃO / AVEIA EM FLOCOS FINOS SEM GLÚTEN	VITAMINA DE MORANGO 180ML / FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR, LEITE E GLÚTEN
Jantar		CANJA 200G	MADALENA DE CARNE 170G	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES 180G	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES COM MACARRÃO SEM OVOS E GLÚTEN
					QUIRERA COM MOLHO DE FRANGO 200G



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 I (1 ano e 7 meses - 2anos e 11 meses) E MATERNAL ÚNICO
CELÍACO OUTUBRO 2024

RISOTOLÂNDIA C

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 14/09	TERÇA 15/10	QUARTA 16/10	QUINTA 17/10	SEXTA 18/10
Desjejum	LEITE 190ML	CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR 190ML	LEITE AF 190ML	SUCO DE UVA 200ML	CHÁ DE ERVA DOCE SEM AÇÚCAR 190ML
	PÃO SEM GLÚTEN COM MANTEIGA AF 8G	PÃO SEM GLÚTEN COM QUEIJO 10G	PÃO SEM GLÚTEN COM MANTEIGA AF 8G	PÃO SEM GLÚTEN COM QUEIJO 20G	BOLO DE BANANA COM AVEIA SEM GLÚTEN
Colação	MANGA	MAÇÃ	MAMÃO	MELÃO	MELANCIA
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	ARROZ 95G E FEIJÃO CARIOCA 100G
	FRANGO ENSOPADO 70G	PICADINHO DE CARNE 70G	PEITO DE FRANGO À MILANESA SEM GLÚTEN	ISCAS DE CARNE 45G	ISCAS DE FRANGO COM TOMATE 60G
	QUIRERA 60G	MACARRÃO SEM GLÚTEN AO ALHO E ÓLEO	LEGUMES SORTIDOS 50G	CREME DE AIPIM 70G	FAROFA DE COUVE 20G
	SALADA DE TOMATE COM PEPINO 45G	SALADA DE BRÓCOLIS 30G	SALADA DE BETERRABA 35G	SALADA DE ALFACE 25G	SALADA DE ABOBRINHA AF (ORGÂNICA) 30G
	BANANA	LARANJA	MELÃO	MAÇÃ	MAMÃO
Lanche	BATIDA DE MAÇÃ 190ML / FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR, LEITE E GLÚTEN 20G	BANANA/ FLOCOS DE ARROZ SEM GLÚTEN	VITAMINA DE MANGA (LEITE AF) 180ML / FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR, LEITE E GLÚTEN 20G	CREME DE MORANGO (LEITE AF) / FLOCOS DE ARROZ SEM GLÚTEN	BATIDA DE MAÇÃ / BANANA
Jantar	POLENTA À BOLONHESA 200G	SOPA CAMPONESA 180G	SUCO DE LARANJA 200ML/ PÃO SEM GLÚTEN COM CARNE MOÍDA	SOPA DE BATATA DOCE COM FRANGO 180G	ARROZ CARRETEIRO 180G
	SEGUNDA 21/10	TERÇA 22/10	QUARTA 23/10	QUINTA 24/10	SEXTA 25/10
Desjejum	LEITE AF 190ML	CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR 190ML	LEITE AF 190ML	CHÁ DE ERVA DOCE SEM AÇÚCAR 190ML	LEITE AF 190ML
	PÃO SEM GLÚTEN COM MANTEIGA AF 8G	PÃO SEM GLÚTEN COM QUEIJO 20G	BOLO DE BANANA COM AVEIA SEM GLÚTEN	PÃO SEM GLÚTEN COM MANTEIGA AF 8G	PÃO SEM GLÚTEN COM QUEIJO 20G
Colação	MAMÃO	MELÃO	LARANJA	MELÃO	LARANJA
Almoço	ARROZ 95G E FEIJÃO PRETO 100G	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 CARNE	FRANGO À CAMPONESA 70G	ISCAS DE CARNE 45G	PEITO DE FRANGO À MILANESA SEM GLÚTEN	CARNE MOÍDA COM TOMATE E CHEIRO VERDE 50G
	BRÓCOLIS REFOGADO 50G	POLENTA 100G	QUIRERA	CHUCHU REFOGADO 50G	LEGUMES SORTIDOS (BRÓCOLIS AF - ORGÂNICO) 50G
	SALADA DE TOMATE 40G	SALADA DE ACELGA	SALADA DE PEPINO AF (ORGÂNICO) 35G	SALADA DE BETERRABA 35G	SALADA DE ALFACE 25G
	MELANCIA	MAÇÃ	MAMÃO	BANANA	MAÇÃ
Lanche	VITAMINA DE MORANGO (LEITE AF) 180ML / FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR, LEITE E GLÚTEN 20G	BANANA / AVEIA EM FLOCOS FINOS SEM GLÚTEN	SUCO DE MAÇÃ 200ML / PÃO SEM GLÚTEN COM QUEIJO	CREME DE MORANGO (LEITE AF) / FLOCOS DE ARROZ SEM GLÚTEN	SUCO DE UVA 200ML / BOLO DE BANANA COM AVEIA SEM GLÚTEN
Jantar	RISOTO DE FRANGO 200G	SOPA DE LENTILHA COM CARNE 180G	ESCONDIDINHO DE FRANGO 170G	SOPA DE ABÓBORA COM CARNE 180G	QUIRERA COM MOLHO DE FRANGO 200G



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 I (1 ano e 7 meses - 2anos e 11 meses) E MATERNAL ÚNICO
CELÍACO **OUTUBRO**

2024

RISOTOLÂNDIA C

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 28/10	TERÇA 29/10	QUARTA 30/10	QUINTA 31/10	
Desjejum	LEITE 190ML	CHÁ DE ERVA DOCE SEM AÇÚCAR 190ML	LEITE 190ML	LEITE 190ML	
	PÃO SEM GLÚTEN COM MANTEIGA AF 8G	PÃO SEM GLÚTEN COM QUEIJO 20G	PÃO SEM GLÚTEN COM MANTEIGA AF 8G	PÃO SEM GLÚTEN COM QUEIJO 20G	
Colação	MAÇÃ	BANANA	MELÃO	BANANA	
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	
	FRANGO À JARDINEIRA 70G	CARNE MOÍDA REFOGADA	FRANGO ENSOPADO 70G	ISCAS DE CARNE	
	MACARRÃO SEM GLÚTEN AO ALHO E ÓLEO	PURÊ DE BATATA 60G	QUIRERA 60G	BRÓCOLIS AF (ORGÂNICO) REFOGADO 50G	
	SALADA DE TOMATE 40G	SALADA DE VAGEM COM CENOURA 30G	SALADA DE ALFACE 25G	SALADA DE TOMATE 40G	
	MELÃO	MELANCIA	MAÇÃ	MAMÃO	
Lanche	SUCO DE UVA 200ML / SANDUÍCHE NATURAL COM PÃO SEM GLÚTEN	VITAMINA DE MORANGO / FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR, LEITE E GLÚTEN 20G	MAMÃO / AVEIA EM FLOCOS FINOS SEM GLÚTEN	BOLO DE BANANA COM AVEIA SEM GLÚTEN / SUCO DE LARANJA 200ML	
Jantar	ARROZ CARRETEIRO 180G	CANJA 200G	SOPA DE FEIJÃO COM MACARRÃO SEM GLÚTEN	POLENTA COM MOLHO DE FRANGO 200G	