



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

CARDÁPIO MATERNAL I (1 ano e 7 meses - 2anos e 11 meses) E MATERNAL ÚNICO SEM LEITE, OVOS, BANANA E TOMATE OUTUBRO 2024

RISOTOLÂNDIA C

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

| | | TERÇA 01/10 | QUARTA 02/10 | QUINTA 03/10 | SEXTA 04/10 | |
|-----------------|----------------------|--|--|---|--|--|
| Desjejum | | LEITE DE SOJA | Chá de camomila sem açúcar 190ml | VITAMINA DE MANGA COM LEITE DE SOJA | Suco de uva 200ml | |
| | | PÃO SEM LEITE comMANTEIGA DE COCO | PÃO SEM LEITE com PATÊ DE GRÃO DE BICO | PÃO SEM LEITE comMANTEIGA DE COCO | PÃO SEM LEITE com PATÊ DE GRÃO DE BICO | |
| Colação | | Manga | MANGA | 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 SEM TOMATE | Iscas de frango com batata 60g | CARNE MOÍDA SEM TOMATE | ISCAS DE FRANGO GRELHADAS | |
| | | PURÊ DE BATATA SEM LEITE | Brócolis refogado 50g | FAROFA DE CENOURA | Legumes sortidos 50g | |
| | | Salada de pepino 35g | Salada de acelga com cenoura 30g | Salada de alface 25g | Salada de vagem 30g | |
| | Maçã | Melão | LARANJA | Mamão | | |
| Lanche | | Suco de laranja / PÃO SEM LEITE COM MANTEIGA DE COCO | Mamão/ Aveia em flocos finos 20g | Chá de maçã sem açúcar 190ml / PÃO SEM LEITE COM MANTEIGA DE COCO | VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE SOJA 180ml / Flocos de arroz 10g | |
| Jantar | | Sopa camponesa 180g | POLENTA À BOLONHESA SEM CORANTE E TOMATE | SOPA CREME CAIPIRA | MACARRÃO SEM OVOS AO ALHO E ÓLEO | |
| | SEGUNDA 07/10 | TERÇA 08/10 | QUARTA 09/10 | QUINTA 10/10 | SEXTA 11/10 | |
| Desjejum | | LEITE DE SOJA | Chá de camomila sem açúcar 190ml | LEITE DE SOJA | Chá de erva doce sem açúcar 190ml | LEITE DE SOJA |
| | | PÃO SEM LEITE comMANTEIGA DE COCO | PÃO SEM LEITE com PATÊ DE GRÃO DE BICO | PÃO SEM LEITE COM MANTEIGA DE COCO | PÃO SEM LEITE com PATÊ DE GRÃO DE BICO | PÃO SEM LEITE comMANTEIGA DE COCO |
| Colação | | Melão | MANGA | 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 carioca 100g | Arroz 95g e feijão preto 100g |
| | | Iscas de carne com açafrão 50g | ISCAS DE FRANGO GRELHADAS | CARNE MOÍDA SEM TOMATE | ISCAS DE FRANGO GRELHADAS | CARNE MOÍDA SEM TOMATE |
| | | Polenta 100g | Brócolis refogado 50g | MACARRÃO SEM OVOS AO ALHO E ÓLEO | Quibebe 50g | PURÊ DE BATATA SEM LEITE |
| | | SALADA DE BETERRABA | Salada de acelga | Salada de alface 25g | Salada de chuchu 25g | Salada de abobrinha AF (orgânica) 30g |
| | Melancia | Maçã | Melão | MANGA AF (orgânica) | Laranja | |
| Lanche | | VITAMINA DE MANGA COM LEITE DE SOJA 180ml / Flocos de milho sem açúcar | Suco de laranja 200ml / PÃO SEM LEITE COM MANTEIGA DE COCO | Mamão / Aveia em flocos finos 20g | VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE SOJA 180ml / Flocos de milho sem açúcar | Suco de uva 200ml / PÃO SEM LEITE COM MANTEIGA DE COCO |
| Jantar | | Canja 200g | PURÊ DE BATATA SEM LEITE + CARNE MOÍDA SEM TOMATE | Risoto de frango com legumes 180g | SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES COM MACARRÃO SEM OVOS E GLÚTEN | SOPA CREME CAIPIRA |



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

CARDÁPIO MATERNAL I (1 ano e 7 meses - 2anos e 11 meses) E MATERNAL ÚNICO SEM LEITE, OVOS, BANANA E TOMATE OUTUBRO 2024

RISOTOLÂNDIA C

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

| | SEGUNDA 14/09 | TERÇA 15/10 | QUARTA 16/10 | QUINTA 17/10 | SEXTA 18/10 |
|-----------------|---|--|--|---|--|
| Desjejum | LEITE DE SOJA | Chá de camomila sem açúcar 190ml | LEITE DE SOJA | Suco de uva 200ml | Chá de erva doce sem açúcar 190ml |
| | PÃO SEM LEITE com MANTEIGA DE COCO | PÃO SEM LEITE com PATÊ DE GRÃO DE BICO | PÃO SEM LEITE com MANTEIGA DE COCO | PÃO SEM LEITE com PATÊ DE GRÃO DE BICO | PÃO SEM LEITE COM MANTEIGA DE COCO |
| 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 SEM TOMATE | ISCAS DE CARNE | ISCAS DE FRANGO GRELHADAS | Iscas de carne 45g | ISCAS DE FRANGO GRELHADAS |
| | Quirera 60g | MACARRÃO SEM OVOS AO ALHO E ÓLEO | Legumes sortidos 50g | POLENTA | Farofa de couve 20g |
| | SALADA DE PEPINO | Salada de brócolis 30g | Salada de beterraba 35g | Salada de alface 25g | Salada de abobrinha AF (orgânica) 30g |
| | MANGA | Laranja | Melão | Maçã | Mamão |
| Lanche | BATIDA DE MAÇÃ SEM LACTOSE / Flocos de milho sem açúcar 20g | MANGA/ Flocos de arroz 10g | VITAMINA DE MANGA COM LEITE DE SOJA / Flocos de milho sem açúcar 20g | VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE SOJA / Flocos de arroz 10g | MINGAU DE AVEIA COM LEITE DE SOJA / MANGA |
| Jantar | POLENTA À BOLONHESA SEM CORANTE E TOMATE | Sopa camponesa 180g | Suco de laranja 200ml/ PÃO SEM LEITE COM CARNE MOÍDA | Sopa de batata doce com frango 180g | RISOTO DE LEGUMES |
| | SEGUNDA 21/10 | TERÇA 22/10 | QUARTA 23/10 | QUINTA 24/10 | SEXTA 25/10 |
| Desjejum | LEITE DE SOJA | Chá de camomila sem açúcar 190ml | LEITE DE SOJA | Chá de erva doce sem açúcar 190ml | LEITE DE SOJA |
| | PÃO SEM LEITE com MANTEIGA DE COCO | PÃO SEM LEITE com PATÊ DE GRÃO DE BICO | PÃO SEM LEITE COM MANTEIGA DE COCO | PÃO SEM LEITE com MANTEIGA DE COCO | PÃO SEM LEITE com PATÊ DE GRÃO DE BICO |
| 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 ENSOPADO SEM TOMATE | Iscas de carne 45g | ISCAS DE FRANGO GRELHADAS | CARNE MOÍDA SEM TOMATE |
| | Brócolis refogado 50g | Polenta 100g | QUIRERA | Chuchu refogado 50g | Legumes sortidos (brócolis AF - orgânico) 50g |
| | SALADA DE BETERRABA | Salada de acelga | Salada de pepino AF (orgânico) 35g | Salada de beterraba 35g | Salada de alface 25g |
| | Melancia | Maçã | Mamão | MANGA | Maçã |
| Lanche | VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE SOJA (leite AF) 180ml / Flocos de milho sem açúcar 20g | MANGA / Aveia em flocos finos 20g | Suco de maçã 200ml / PÃO SEM LEITE com PATÊ DE GRÃO DE BICO | VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE SOJA / Flocos de arroz 10g | Suco de uva 200ml / PÃO SEM LEITE COM MANTEIGA DE COCO |
| Jantar | RISOTO DE LEGUMES | Sopa de lentilha com carne 180g | ESCONDIDINHO DE FRANGO SEM LEITE | SOPA DE ABÓBORA COM CARNE COM MAACRRÃO SEM OVOS | SOPA CREME CAIPIRA |



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

CARDÁPIO MATERNAL I (1 ano e 7 meses - 2anos e 11 meses) E MATERNAL ÚNICO SEM LEITE, OVOS, BANANA E TOMATE OUTUBRO 2024

RISOTOLÂNDIA C

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

| | SEGUNDA 28/10 | TERÇA 29/10 | QUARTA 30/10 | QUINTA 31/10 |
|-----------------|--|--|---|--|
| Desjejum | LEITE DE SOJA | Chá de erva doce sem açúcar 190ml | LEITE DE SOJA | LEITE DE SOJA |
| | PÃO SEM LEITE com MANTEIGA DE COCO | PÃO SEM LEITE com PATÊ DE GRÃO DE BICO | PÃO SEM LEITE com MANTEIGA DE COCO | PÃO SEM LEITE com PATÊ DE GRÃO DE BICO |
| Colação | Maçã | MANGA | Melão | MANGA |
| 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 ENSOPADO SEM TOMATE | CARNE MOÍDA SEM TOMATE | FRANGO ENSOPADO SEM TOMATE | ISCAS DE CARNE |
| | MACARRÃO SEM OVOS AO ALHO E ÓLEO | PURÊ DE BATATA SEM LEITE | Quirera 60g | Brócolis AF (orgânico) refogado 50g |
| | SALADA DE BETERRABA | Salada de vagem com cenoura 30g | Salada de alface 25g | SALADA DE BETERRABA |
| | Melão | Melancia | Maçã | Mamão |
| Lanche | Suco de uva 200ml / PÃO SEM LEITE COM MANTEIGA DE COCO | VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE SOJA / Flocos de milho sem açúcar 20g | Mamão / Aveia em flocos finos 20g | PÃO SEM LEITE COM MANTEIGA DE COCO / Suco de laranja 200ml |
| Jantar | RISOTO DE LEGUMES | Canja 200g | SOPA DE FEIJÃO COM MACARRÃO SEM OVOS E GLÚTEN | POLENTA À BOLONHESA SEM CORANTE E TOMATE |