



*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 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	
<b>Desjejum</b>	LEITE DE SOJA	Chá de camomila sem açúcar 190ml	VITAMINA DE BANANA COM LEITE DE SOJA 180ml	Suco de uva 200ml	
<b>Colação</b>	PÃO SEM LEITE com MANTEIGA DE COCO Manga	PÃO SEM LEITE com PATÊ DE GRÃO DE BICO Banana	PÃO SEM LEITE com MANTEIGA DE COCO Melancia	PÃO SEM LEITE com PATÊ DE GRÃO DE BICO Maçã	
<b>Almoço</b>	Arroz 95g e feijão carioca 100g Carne moída refogada 70g (50g de carne e 20g de molho)	Arroz 95g e feijão preto 100g Isclas de frango com batata 60g	Arroz 95g e feijão carioca 100g Barreado 70g	Arroz 95g e feijão preto 100g Peito de frango à milanesa 50g	
	PURÊ DE BATATA SEM LEITE Salada de pepino 35g Maçã	Brócolis refogado 50g Salada de acelga com cenoura 30g Melão	Farofa de banana 20g Salada de alface 25g Salada de frutas	Legumes sortidos 50g Salada de vagem 30g Mamão	
<b>Lanche</b>	Suco de laranja / SANDUÍCHE VEGANO	Mamão/ Aveia em flocos finos 20g	Chá de maçã sem açúcar 190ml / Bolo de banana com aveia 60g	VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE SOJA 180ml / Flocos de arroz 10g	
<b>Jantar</b>	Sopa camponesa 180g	Polenta à bolonhesa 200g	Quirera com molho de frango - jantar 200g	Macarrão à bolonhesa 200g	
	SEGUNDA 07/10	TERÇA 08/10	QUARTA 09/10	QUINTA 10/10	SEXTA 11/10
<b>Desjejum</b>	LEITE DE SOJA	Chá de camomila sem açúcar 190ml	LEITE DE SOJA	Chá de erva doce sem açúcar 190ml	LEITE DE SOJA
<b>Colação</b>	PÃO SEM LEITE com MANTEIGA DE COCO Melão	PÃO SEM LEITE com PATÊ DE GRÃO DE BICO Banana	Muffin de maçã com uva passa 60g Melancia	PÃO SEM LEITE com PATÊ DE GRÃO DE BICO Maçã	PÃO SEM LEITE com MANTEIGA DE COCO Melão
<b>Almoço</b>	Arroz 95g e feijão preto 100g Isclas de carne com açafrão 50g Polenta 100g Salada de tomate 40g Melancia	Arroz 95g e feijão carioca 100g ISCAS DE FRANGO GRELHADAS Brócolis refogado 50g Salada de acelga Maçã	Arroz 95g e feijão preto 100g Bolinho de carne 60g (3 unidades de 20g) Macarrão ao alho e óleo 65g Salada de alface 25g Melão	Arroz 95g e feijão carioca 100g ISCAS DE FRANGO GRELHADAS Quibebe 50g Salada de chuchu 25g Banana AF (orgânica)	Arroz 95g e feijão preto 100g Carne moída com tomate e cheiro verde 50g PURÊ DE BATATA SEM LEITE Salada de abobrinha AF (orgânica) 30g Laranja
<b>Lanche</b>	VITAMINA DE MANGA COM LEITE DE SOJA 180ml / Flocos de milho sem açúcar	Suco de laranja 200ml / SANDUÍCHE VEGANO	Mamão / Aveia em flocos finos 20g	VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE SOJA 180ml / Flocos de milho sem açúcar	Suco de uva 200ml / Bolo de banana com aveia 60g
<b>Jantar</b>	Canja 200g	MADALENA DE CARNE SEM LEITE	Risoto de frango com legumes 180g	Sopa de feijão com legumes 180g	Quirera com molho de frango 200g
	SEGUNDA 14/09	TERÇA 15/10	QUARTA 16/10	QUINTA 17/10	SEXTA 18/10
<b>Desjejum</b>	LEITE DE SOJA	Chá de camomila sem açúcar 190ml	LEITE DE SOJA	Suco de uva 200ml	Chá de erva doce sem açúcar 190ml
<b>Colação</b>	PÃO SEM LEITE com MANTEIGA DE COCO Manga	PÃO SEM LEITE com PATÊ DE GRÃO DE BICO Maçã	PÃO SEM LEITE com MANTEIGA DE COCO Mamão	PÃO SEM LEITE com PATÊ DE GRÃO DE BICO Melão	Muffin de maçã com uva passa 60g Melancia
<b>Almoço</b>	Arroz 95g e feijão carioca 100g Frango ensopado 70g Quirera 60g Salada de tomate com pepino 45g Banana	Arroz 95g e feijão preto 100g Picadinho de carne 70g Macarrão ao alho e óleo 65g Salada de brócolis 30g Laranja	Arroz 95g e feijão carioca 100g Peito de frango à milanesa 50g Legumes sortidos 50g Salada de beterraba 35g Melão	Arroz 95g e feijão preto 100g Isclas de carne 45g POLENTA Salada de alface 25g Maçã	Arroz 95g e feijão carioca 100g Isclas de frango com tomate 60g Farofa de couve 20g Salada de abobrinha AF (orgânica) 30g Mamão
<b>Lanche</b>	BATIDA DE MAÇÃ COM LEITE DE SOJA / Flocos de milho sem açúcar 20g	Banana/ Flocos de arroz 10g	VITAMINA DE MANGA COM LEITE DE SOJA / Flocos de milho sem açúcar 20g	CREME DE MORANGO COM LEITE DE SOJA / Flocos de arroz 10g	MINGAU DE AVEIA COM LEITE DE SOJA / Banana
<b>Jantar</b>	Polenta à bolonhesa 200g	Sopa camponesa 180g	Suco de laranja 200ml/ PÃO SEM LEITE com carne moída	Sopa de batata doce com frango 180g	Arroz carreteiro 180g



*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 OUTUBRO 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 21/10</b>	<b>TERÇA 22/10</b>	<b>QUARTA 23/10</b>	<b>QUINTA 24/10</b>	<b>SEXTA 25/10</b>
<b>Desjejum</b>	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	Bolo de banana com aveia 60g	PÃO SEM LEITE com MANTEIGA DE COCO	PÃO SEM LEITE com PATÊ DE GRÃO DE BICO
<b>Colação</b>	Mamão	Melão	Laranja	Melão	Laranja
<b>Almoço</b>	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	ISCAS DE FRANGO GRELHADAS	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 Melancia	Salada de acelga Maçã	Salada de pepino AF (orgânico) 35g Mamão	Salada de beterraba 35g Banana	Salada de alface 25g Maçã
<b>Lanche</b>	VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE SOJA (leite AF) 180ml / Flocos de milho sem açúcar 20g	Banana / Aveia em flocos finos 20g	Suco de maçã 200ml / PÃO SEM LEITE com PATÊ DE GRÃO DE BICO	CREME DE MORANGO COM LEITE DE SOJA / Flocos de arroz 10g	Suco de uva 200ml / Muffin de maçã com uva passa 60g
<b>Jantar</b>	Risoto de frango 200g	Sopa de lentilha com carne 180g	ESCONDIDINHO DE FRANGO SEM LEITE	Sopa de abóbora com carne 180g	Quirera com molho de frango 200g
	<b>SEGUNDA 28/10</b>	<b>TERÇA 29/10</b>	<b>QUARTA 30/10</b>	<b>QUINTA 31/10</b>	
<b>Desjejum</b>	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 francês com PATÊ DE GRÃO DE BICO	
<b>Colação</b>	Maçã	Banana	Melão	Banana	
<b>Almoço</b>	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	Bolinho de carne 60g (3 unidades de 20g)	Frango ensopado 70g	ISCAS DE CARNE	
	Macarrão ao alho e óleo 65g	PURÊ DE BATATA SEM LEITE	Quirera 60g	Brócolis AF (orgânico) refogado 50g	
	Salada de tomate 40g Melão	Salada de vagem com cenoura 30g Melancia	Salada de alface 25g Maçã	Salada de tomate 40g Mamão	
<b>Lanche</b>	Suco de uva 200ml / SANDUÍCHE VEGANO	VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE SOJA / Flocos de milho sem açúcar 20g	Mamão / Aveia em flocos finos 20g	Bolo de banana com aveia 60g / Suco de laranja 200ml	
<b>Jantar</b>	Arroz carreteiro 180g	Canja 200g	Sopa de feijão com macarrão 180g	Polenta com molho de frango 200g	