



*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 SEM LACTOSE E GLÚTEN**

**RISOTOLÂNDIA F**

**2024**  
**OUTUBRO**  
**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	
<b>Desjejum</b>		LEITE SEM LACTOSE	CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR 190ML	VITAMINA DE BANANA SEM LACTOSE	SUCO DE UVA 200ML	
		PÃO SEM LEITE E GLÚTEN COM MANTEIGA SEM LACTOSE	PÃO SEM LEITE E GLÚTEN COM PATÊ DE CENOURA	PÃO SEM LEITE E GLÚTEN COM MANTEIGA SEM LACTOSE	PÃO SEM LEITE E GLÚTEN COM PATÊ DE CENOURA	
<b>Colação</b>		MANGA	BANANA	MELANCIA	MAÇÃ	
<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	
		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 SEM LEITE	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	
<b>Lanche</b>		SUCO DE LARANJA / PÃO SEM LEITE E GLÚTEN COM MANTEIGA SEM LACTOSE	MAMÃO/ AVEIA EM FLOCOS FINOS SEM GLÚTEN	CHÁ DE MAÇÃ SEM AÇÚCAR 190ML / BOLO DE BANANA COM AVEIA SEM GLÚTEN	VITAMINA DE MORANGO SEM LACTOSE / FLOCOS DE ARROZ SEM GLÚTEN	
<b>Jantar</b>		SOPA CAMPONESA 180G	POLENTA À BOLONHESA 200G	QUIRERA COM MOLHO DE FRANGO - JANTAR 200G	MACARRÃO SEM GLÚTEN À BOLONHESA	
	<b>SEGUNDA 07/10</b>	<b>TERÇA 08/10</b>	<b>QUARTA 09/10</b>	<b>QUINTA 10/10</b>	<b>SEXTA 11/10</b>	
<b>Desjejum</b>		LEITE SEM LACTOSE	CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR 190ML	LEITE SEM LACTOSE	CHÁ DE ERVA DOCE SEM AÇÚCAR 190ML	LEITE SEM LACTOSE
		PÃO SEM LEITE E GLÚTEN COM MANTEIGA SEM LACTOSE	PÃO SEM LEITE E GLÚTEN COM PATÊ DE CENOURA	BOLO DE BANANA COM AVEIA SEM GLÚTEN	PÃO SEM LEITE E GLÚTEN COM PATÊ DE CENOURA	PÃO SEM LEITE E GLÚTEN COM MANTEIGA SEM LACTOSE
<b>Colação</b>		MELÃO	BANANA	MELANCIA	MAÇÃ	MELÃO
<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 COM AÇAFRÃO 50G	ISCAS DE FRANGO GRELHADAS	CARNE MOÍDA REFOGADA	PEITO DE FRANGO À MILANESA SEM GLÚTEN	CARNE MOÍDA COM TOMATE E CHEIRO VERDE 50G
		POLENTA 100G	BRÓCOLIS REFOGADO 50G	MACARRÃO SEM GLÚTEN AO ALHO E ÓLEO	QUIBEBE 50G	PURÊ DE BATATA SEM LEITE
		SALADA DE TOMATE 40G	SALADA DE ACELGA	SALADA DE ALFACE 25G	SALADA DE CHUCHU 25G	SALADA DE ABOBRINHA AF (ORGÂNICA) 30G
	MELANCIA	MAÇÃ	MELÃO	BANANA AF (ORGÂNICA)	LARANJA	
<b>Lanche</b>		VITAMINA DE MANGA SEM LACTOSE / FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR, LEITE E GLÚTEN	SUCO DE LARANJA 200ML / PÃO SEM LEITE E GLÚTEN COM MANTEIGA SEM LACTOSE	MAMÃO / AVEIA EM FLOCOS FINOS SEM GLÚTEN	VITAMINA DE MORANGO SEM LACTOSE / FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR, LEITE E GLÚTEN	SUCO DE UVA 200ML / BOLO DE BANANA COM AVEIA SEM GLÚTEN
<b>Jantar</b>		CANJA 200G	MADALENA DE CARNE SEM LEITE	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. dos Guedes*  
**Juliana Rodrigues Dias Guedes**  
 Gerência de Alimentação  
 Matrícula 184452  
 Nutricionista/CRN-8 6775

*Milena Scharadong*  
**Milena Scharadong**  
 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 SEM LACTOSE E GLÚTEN**

**RISOTOLÂNDIA F**

**2024**

**OUTUBRO**

**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.**

	<b>SEGUNDA 14/09</b>	<b>TERÇA 15/10</b>	<b>QUARTA 16/10</b>	<b>QUINTA 17/10</b>	<b>SEXTA 18/10</b>
<b>Desjejum</b>	LEITE SEM LACTOSE	CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR 190ML	LEITE SEM LACTOSE	SUCO DE UVA 200ML	CHÁ DE ERVA DOCE SEM AÇÚCAR 190ML
	PÃO SEM LEITE E GLÚTEN COM MANTEIGA SEM LACTOSE	PÃO SEM LEITE E GLÚTEN COM MANTEIGA SEM LACTOSE 10G	PÃO SEM LEITE E GLÚTEN COM MANTEIGA SEM LACTOSE	PÃO SEM LEITE E GLÚTEN COM PATÊ DE CENOURA	BOLO DE BANANA COM AVEIA SEM GLÚTEN
<b>Colação</b>	MANGA	MAÇÃ	MAMÃO	MELÃO	MELANCIA
<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	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 SEM LACTOSE	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
<b>Lanche</b>	BATIDA DE MAÇÃ SEM LACTOSE / FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR, LEITE E GLÚTEN 20G	BANANA/ FLOCOS DE ARROZ SEM GLÚTEN	VITAMINA DE MANGA SEM LACTOSE / FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR, LEITE E GLÚTEN 20G	CREME DE MORANGO SEM LACTOSE / FLOCOS DE ARROZ SEM GLÚTEN	BATIDA DE MAÇÃ SEM LACTOSE / BANANA
<b>Jantar</b>	POLENTA À BOLONHESA 200G	SOPA CAMPONESA 180G	SUCO DE LARANJA 200ML/ PÃO SEM LEITE E GLÚTEN COM CARNE MOÍDA	SOPA DE BATATA DOCE COM FRANGO 180G	ARROZ CARRETEIRO 180G
	<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 SEM LACTOSE	CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR 190ML	LEITE SEM LACTOSE	CHÁ DE ERVA DOCE SEM AÇÚCAR 190ML	LEITE SEM LACTOSE
	PÃO SEM LEITE E GLÚTEN COM MANTEIGA SEM LACTOSE	PÃO SEM LEITE E GLÚTEN COM PATÊ DE CENOURA	BOLO DE BANANA COM AVEIA SEM GLÚTEN	PÃO SEM LEITE E GLÚTEN COM MANTEIGA SEM LACTOSE	PÃO SEM LEITE E GLÚTEN COM PATÊ DE CENOURA
<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	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
<b>Lanche</b>	VITAMINA DE MORANGO SEM LACTOSE / FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR, LEITE E GLÚTEN 20G	BANANA / AVEIA EM FLOCOS FINOS SEM GLÚTEN	SUCO DE MAÇÃ 200ML / PÃO SEM LEITE E GLÚTEN COM MANTEIGA SEM LACTOSE	CREME DE MORANGO SEM LACTOSE / FLOCOS DE ARROZ SEM GLÚTEN	SUCO DE UVA 200ML / BOLO DE BANANA COM AVEIA SEM GLÚTEN
<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



*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 SEM LACTOSE E GLÚTEN**

**RISOTOLÂNDIA F**

**OUTUBRO**

**2024**

**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.**

	<b>SEGUNDA 28/10</b>	<b>TERÇA 29/10</b>	<b>QUARTA 30/10</b>	<b>QUINTA 31/10</b>
<b>Desjejum</b>	LEITE SEM LACTOSE	CHÁ DE ERVA DOCE SEM AÇÚCAR 190ML	LEITE SEM LACTOSE	LEITE SEM LACTOSE
	PÃO SEM LEITE E GLÚTEN COM MANTEIGA SEM LACTOSE	PÃO SEM LEITE E GLÚTEN COM PATÊ DE CENOURA	PÃO SEM LEITE E GLÚTEN COM MANTEIGA SEM LACTOSE	PÃO SEM LEITE E GLÚTEN COM PATÊ DE CENOURA
<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	CARNE MOÍDA REFOGADA	FRANGO ENSOPADO 70G	ISCAS DE CARNE
	MACARRÃO SEM GLÚTEN AO ALHO E ÓLEO	PURÊ DE BATATA SEM LEITE	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
<b>Lanche</b>	SUCO DE UVA 200ML / PÃO SEM LEITE E GLÚTEN COM MANTEIGA SEM LACTOSE	VITAMINA DE MORANGO SEM LACTOSE / 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
<b>Jantar</b>	ARROZ CARRETEIRO 180G	CANJA 200G	SOPA DE FEIJÃO COM MACARRÃO SEM GLÚTEN	POLENTA COM MOLHO DE FRANGO 200G