



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 RISOTOLÂNDIA F
SEM LACTOSE, FEIJÃO, LENTILHA E ERVILHA
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

| | | TERÇA 01/10 | QUARTA 02/10 | QUINTA 03/10 | SEXTA 04/10 | |
|-----------------|----------------------|--|--|--|--|--|
| Desjejum | | LEITE SEM LACTOSE | Chá de camomila sem açúcar 190ml | VITAMINA DE BANANA SEM LACTOSE 180ml | Suco de uva 200ml | |
| | | PÃO SEM LEITE comMANTEIGA SEM LACTOSE | PÃO SEM LEITE com PATÊ DE GRÃO DE BICO | PÃO SEM LEITE comMANTEIGA SEM LACTOSE | PÃO SEM LEITE com PATÊ DE GRÃO DE BICO | |
| Colação | | Manga | Banana | Melancia | Maçã | |
| Almoço | | Arroz 95g | Arroz 95g | Arroz 95g | Arroz 95g | |
| | | Carne moída refogada 70g (50g de carne e 20g de molho) | Isclas de frango com batata 60g | Barreado 70g | Peito de frango à milanesa 50g | |
| | | 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 | | |
| Lanche | | 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 SEM LACTOSE 180ml / Flocos de arroz 10g | |
| Jantar | | 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 | |
| Desjejum | | 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 comMANTEIGA SEM LACTOSE | PÃO SEM LEITE com PATÊ DE GRÃO DE BICO | Muffin de maçã com uva passa 60g | PÃO SEM LEITE com PATÊ DE GRÃO DE BICO | PÃO SEM LEITE comMANTEIGA SEM LACTOSE |
| Colação | | Melão | Banana | Melancia | Maçã | Melão |
| Almoço | | Arroz 95g | Arroz 95g | Arroz 95g | Arroz 95g | Arroz 95g |
| | | Isclas de carne com açafrão 50g | ISCAS DE FRANGO GRELHADAS | Bolinho de carne 60g (3 unidades de 20g) | ISCAS DE FRANGO GRELHADAS | Carne moída com tomate e cheiro verde 50g |
| | | Polenta 100g | Brócolis refogado 50g | Macarrão ao alho e óleo 65g | 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 | |
| Lanche | | VITAMINA DE MANGA SEM LACTOSE 180ml / Flocos de milho sem açúcar | Suco de laranja 200ml / SANDUÍCHE VEGANO | Mamão / Aveia em flocos finos 20g | VITAMINA DE MORANGO SEM LACTOSE 180ml / Flocos de milho sem açúcar | Suco de uva 200ml / Bolo de banana com aveia 60g |
| Jantar | | Canja 200g | MADALENA DE CARNE SEM LEITE | Risoto de frango com legumes 180g | SOPA CAMPONESA | Quirera com molho de frango 200g |
| | SEGUNDA 14/09 | TERÇA 15/10 | QUARTA 16/10 | QUINTA 17/10 | SEXTA 18/10 | |
| Desjejum | | 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 comMANTEIGA SEM LACTOSE | PÃO SEM LEITE com PATÊ DE GRÃO DE BICO | PÃO SEM LEITE comMANTEIGA SEM LACTOSE | PÃO SEM LEITE com PATÊ DE GRÃO DE BICO | Muffin de maçã com uva passa 60g |
| Colação | | Manga | Maçã | Mamão | Melão | Melancia |
| Almoço | | Arroz 95g | Arroz 95g | Arroz 95g | Arroz 95g | Arroz 95g |
| | | Frango ensopado 70g | Picadinho de carne 70g | Peito de frango à milanesa 50g | Isclas de carne 45g | Isclas de frango com tomate 60g |
| | | Quirera 60g | Macarrão ao alho e óleo 65g | Legumes sortidos 50g | POLENTA | 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 SEM LACTOSE / Flocos de milho sem açúcar 20g | Banana/ Flocos de arroz 10g | VITAMINA DE MANGA SEM LACTOSE / Flocos de milho sem açúcar 20g | CREME DE MORANGO SEM LACTOSE / Flocos de arroz 10g | MINGAU DE AVEIA SEM LACTOSE / Banana |
| Jantar | | 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 Santos
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 RISOTOLÂNDIA F
SEM LACTOSE, FEIJÃO, LENTILHA E ERVILHA
2024
OUTUBRO

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 21/10 | TERÇA 22/10 | QUARTA 23/10 | QUINTA 24/10 | SEXTA 25/10 |
|-----------------|---|--|---|--|--|
| Desjejum | 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 comMANTEIGA SEM LACTOSE | PÃO SEM LEITE com PATÊ DE GRÃO DE BICO | Bolo de banana com aveia 60g | PÃO SEM LEITE comMANTEIGA SEM LACTOSE | PÃO SEM LEITE com PATÊ DE GRÃO DE BICO |
| Colação | Mamão | Melão | Laranja | Melão | Laranja |
| Almoço | Arroz 95g | Arroz 95g | Arroz 95g | Arroz 95g | Arroz 95g |
| | 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 | 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 SEM LACTOSE (leite AF) 180ml / Flocos de milho sem açúcar 20g | Banana / Aveia em flocos finos 20g | Suco de maçã 200ml / PÃO SEM LEITE com queijo | CREME DE MORANGO SEM LACTOSE / Flocos de arroz 10g | Suco de uva 200ml / Muffin de maçã com uva passa 60g |
| Jantar | Risoto de frango 200g | SOPA CAMPONESA | ESCONDIDINHO DE FRANGO SEM LEITE | Sopa de abóbora com carne 180g | Quirera com molho de frango 200g |
| | SEGUNDA 28/10 | TERÇA 29/10 | QUARTA 30/10 | QUINTA 31/10 | |
| Desjejum | LEITE SEM LACTOSE | Chá de erva doce sem açúcar 190ml | LEITE SEM LACTOSE | LEITE SEM LACTOSE | |
| | PÃO SEM LEITE comMANTEIGA SEM LACTOSE | PÃO SEM LEITE com PATÊ DE GRÃO DE BICO | PÃO SEM LEITE comMANTEIGA SEM LACTOSE | Pão francês com PATÊ DE GRÃO DE BICO | |
| Colação | Maçã | Banana | Melão | Banana | |
| Almoço | Arroz 95g | Arroz 95g | Arroz 95g | Arroz 95g | |
| | 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 | Salada de vagem com cenoura 30g | Salada de alface 25g | Salada de tomate 40g | |
| Lanche | Melão | Melancia | Maçã | Mamão | |
| Lanche | Suco de uva 200ml / SANDUÍCHE VEGANO | VITAMINA DE MORANGO SEM LACTOSE / Flocos de milho sem açúcar 20g | Mamão / Aveia em flocos finos 20g | Bolo de banana com aveia 60g / Suco de laranja 200ml | |
| Jantar | Arroz carreteiro 180g | Canja 200g | SOPA CAMPONESA | Polenta com molho de frango 200g | |