



	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	Suco de uva 200ml	
<b>Colação</b>	PÃO SEM LEITE com MANTEIGA DE COCO 8g	PÃO SEM LEITE com PATÊ DE GRÃO DE BICO	PÃO SEM LEITE com MANTEIGA DE COCO 8g	PÃO SEM LEITE com PATÊ DE GRÃO DE BICO	
<b>Almoço</b>	Melancia	Banana	Laranja	Maçã	
	Arroz 95g e feijão carioca 100g	Arroz 95g e feijão preto 100g	Arroz 95g e feijão carioca 100g	Arroz 95g e feijão preto 100g	
	PROTEÍNA DE SOJA MOLHO	LENTILHA REFOGADA	PROTEÍNA DE SOJA A CAMPONESA	GRÃO DE BICO AO MOLHO	
	PURÊ DE BATATA SEM LEITE	Brócolis refogado 50g	Farofa de couve 20g	Abobrinha colorida 50g	
	Salada de couve-flor 20g	Salada de acelga com cenoura 30g	Salada de repolho verde AF (orgânico) com repolho roxo 30g	Salada de vagem 30g	
<b>Lanche</b>	Maçã	Melão	Melancia	Mamão	
	Suco de laranja / SANDUÍCHE NAPOLITANO VEGANO	Mamão/ Aveia em flocos finos 20g	Chá de maçã sem açúcar 190ml / BOLO DE BANANA COM AVEIA SEM OVOS	VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE SOJA COM LEITE DE SOJA / Flocos de arroz 10g	
<b>Jantar</b>	SOPA CAMPONESA SEM CARNE	POLENTA À BOLONHESA VEGANA	RISOTO DE LEGUMES	MACARRÃO À BOLONHESA VEGANO	
	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	PÃO SEM LEITE com PATÊ DE GRÃO DE BICO	BOLO DE CACAU SEM AÇÚCAR, LEITE E OVOS	PÃO SEM LEITE com MANTEIGA DE COCO	PÃO SEM LEITE com PATÊ DE GRÃO DE BICO
<b>Almoço</b>	Melão	Banana	Manga	Maçã	Melão
	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
	PROTEÍNA DE SOJA AO MOLHO	PASTA DE GRÃO DE BICO	PROTEÍNA DE SOJA A CAMPONESA	GRÃO DE BICO AO MOLHO	PROTEÍNA DE SOJA AO MOLHO
	Polenta 100g	Jardineira de legumes 50g	MACARRÃO SEM OVOS AO ALHO E ÓLEO	Quibebe 50g	Batata ensopada 50g
	Salada de tomate 40g	Salada de repolho 23g	Salada de alface 25g	Salada de pepino AF (orgânico) 35g	Salada de abobrinha AF (orgânica) 30g
<b>Lanche</b>	Laranja	Maçã	Melão	Banana AF (orgânica)	Laranja
	VITAMINA DE MANGA COM LEITE DE SOJA / Flocos de milho sem açúcar	Suco de laranja 200ml / SANDUÍCHE NATURAL VEGANO	Mamão / Aveia em flocos finos 20g	VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE SOJA / Flocos de milho sem açúcar	Suco de uva 200ml / BOLO DE BANANA COM AVEIA SEM OVOS
<b>Jantar</b>	RISOTO DE LEGUMES	SOPA CABOCLA SEM CARNE	RISOTO DE LEGUMES	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES SEM CARNE	QUIRERA COM MOLHO DE PROTEÍNA DE SOJA



*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 SINGULAR A**  
**DIETA VEGANA 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 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 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	BOLO DE CACAU SEM AÇÚCAR, LEITE E OVOS
<b>Colação</b>	Melão	Maçã	Mamão	Manga	Laranja
<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
	PROTEÍNA DE SOJA AO MOLHO	LENTILHA REFOGADA	GRÃO DE BICO AO MOLHO	PROTEÍNA DE SOJA A CAMPONESA	GRÃO DE BICO AO MOLHO
	Quirera 60g	Batata doce cozida 50g	Legumes sortidos 50g	QUIRERA	Farofa de couve 20g
	Salada de tomate com pepino 45g	Salada de brócolis 30g	Salada de beterraba 35g	Salada de alface AF (orgânica) 25g	Salada de abobrinha AF (orgânica) 30g
	Laranja	Melancia	Melão	Banana	Mamão
<b>Lanche</b>	BATIDA DE MAÇÃ COM LEITE DE SOJA / Flocos de milho sem açúcar 20g	MINGAU DE AVEIA COM LEITE DE SOJA / Banana	VITAMINA DE MANGA COM LEITE DE SOJA / Flocos de milho sem açúcar 20g	CREME DE MORANGO COM LEITE DE SOJA / Flocos de arroz 10g	Banana/ Flocos de arroz 10g
<b>Jantar</b>	POLENTA À BOLONHESA VEGANA	SOPA CAMPONESA SEM CARNE	Suco de laranja 200ml/ PÃO SEM LEITE COM PROTEÍNA DE SOJA	SOPA DE BATATA DOCE SEM CARNE	RISOTO DE LEGUMES
	<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 SEM OVOS	PÃO SEM LEITE com MANTEIGA DE COCO	PÃO SEM LEITE com PATÊ DE GRÃO DE BICO
<b>Colação</b>	Melão	Laranja	Melão	Melancia	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
	LENTILHA REFOGADA	PROTEÍNA DE SOJA AO MOLHO	PROTEÍNA DE SOJA A CAMPONESA	GRÃO DE BICO AO MOLHO	PROTEÍNA DE SOJA AO MOLHO
	Brócolis refogado 50g	Polenta 100g	POLENTA	Chuchu refogado 50g	Jardineira de legumes (chuchu AF - orgânico) 50g
	Salada de tomate 40g	Salada de repolho 23g	Salada de pepino 35g	Salada de beterraba AF (orgânica) 35g	Salada de alface 25g
	Laranja	Maçã	Mamão	Banana	Maçã
<b>Lanche</b>	VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE SOJA COM LEITE DE SOJA / Flocos de milho sem açúcar 20g	Banana / Aveia em flocos finos 20g	Suco de maçã 200ml / SANDUÍCHE NATURAL VEGANO	CREME DE MANGA COM LEITE DE SOJA / Flocos de arroz 10g	Suco de uva 200ml / BOLO DE CACAU SEM AÇÚCAR, LEITE E OVOS
<b>Jantar</b>	RISOTO DE LEGUMES	SOPA DE LENTILHA SEM CARNE	PURÊ DE BATATA SEM LEITE + PROTEÍNA DE SOJA AO MOLHO	SOPA DE ABÓBORA SEM CARNE	QUIRERA COM MOLHO DE PROTEÍNA DE SOJA



*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 SINGULAR A**  
**DIETA VEGANA 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 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 SEM LEITE com PATÊ DE GRÃO DE BICO
<b>Colação</b>	Maçã	Banana	Melão	Banana
<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
	PROTEÍNA DE SOJA AO MOLHO	PROTEÍNA DE SOJA A CAMPONESA	PROTEÍNA DE SOJA AO MOLHO	LENTILHA REFOGADA
	MACARRÃO SEM OVOS AO ALHO E ÓLEO	PURÊ DE BATATA SEM LEITE	Quirera 60g	Batata salsa AF (orgânica) cozida 50g - MI B, MID
	Salada de tomate 40g	Salada de vagem com cenoura 30g	Salada de alface 25g	Salada de beterraba AF (orgânica) 35g
	Melão	Laranja	Maçã	Laranja
<b>Lanche</b>	Suco de uva 200ml / SANDUÍCHE NATURAL VEGANO	VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE SOJA / Flocos de milho sem açúcar 20g	Mamão / Aveia em flocos finos 20g	BOLO DE CACAU SEM AÇÚCAR, LEITE E OVOS / Suco de laranja 200ml
<b>Jantar</b>	RISOTO DE LEGUMES	RISOTO DE LEGUMES	SOPA DE FEIJÃO COM MACARRÃO SEM CARNE	POLENTA À BOLONHESA VEGANA