



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
SEM LEITE E OVOS 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 DE SOJA	Chá de camomila sem açúcar 190ml	VITAMINA DE BANANA SEM LACTOSE 180ml	Suco de uva 200ml	
Colação	PÃO SEM LEITE comMANTEIGA DE COCO Melancia	PÃO SEM LEITE com PATÊ DE GRÃO DE BICO Banana	PÃO SEM LEITE comMANTEIGA DE COCO Laranja	PÃO SEM LEITE com PATÊ DE GRÃO DE BICO Maçã	
Almoço	Arroz 95g e feijão carioca 100g Carne moída refogada 70g (50g de carne e 20g de molho) PURÊ DE BATATA SEM LEITE	Arroz 95g e feijão preto 100g Iscas de frango grelhadas 60g Brócolis refogado 50g	Arroz 95g e feijão carioca 100g Barreado 70g Farofa de couve 20g	Arroz 95g e feijão preto 100g ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 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	
	Maçã	Melão	Melancia	Mamão	
Lanche	Suco de laranja / SANDUÍCHE 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 180ml / Flocos de arroz 10g	
Jantar	Sopa camponesa 180g	Polenta à bolonhesa 200g	Arroz carreteiro 180g	MACARRÃO SEM OVOS À BOLONHESA	
	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
Colação	PÃO SEM LEITE comMANTEIGA DE COCO Melão	PÃO SEM LEITE com PATÊ DE GRÃO DE BICO Banana	BOLO DE BANANA COM AVEIA SEM OVOS Manga	PÃO SEM LEITE comMANTEIGA DE COCO Maçã	PÃO SEM LEITE com PATÊ DE GRÃO DE BICO Melão
Almoço	Arroz 95g e feijão carioca 100g Iscas de carne com açafrão 50g Polenta 100g Salada de tomate 40g	Arroz 95g e feijão preto 100g ISCAS DE FRANGO GRELHADAS Jardineira de legumes 50g Salada de repolho 23g	Arroz 95g e feijão carioca 100g CARNE MOÍDA REFOGADA MACARRÃO SEM OVOS AO ALHO E ÓLEO Salada de alface 25g	Arroz 95g e feijão preto 100g ISCAS DE FRANGO GRELHADAS Quibebe 50g Salada de pepino AF (orgânico) 35g	Arroz 95g e feijão carioca 100g Carne moída com tomate e cheiro verde 50g Batata ensopada 50g Salada de abobrinha AF (orgânica) 30g
	Laranja	Maçã	Melão	Banana AF (orgânica)	Laranja
Lanche	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 SEM OVOS
Jantar	Canja 200g	Sopa cabocla 180g	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

CARDÁPIO MATERNAL I (1 ano e 7 meses - 2anos e 11 meses) E MATERNAL ÚNICO SINGULAR A
SEM LEITE E OVOS 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

	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 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	BOLO DE BANANA COM AVEIA SEM OVOS
Colação	Melão	Maçã	Mamão	Manga	Laranja
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 70g	Picadinho de carne 70g	ISCAS DE FRANGO GRELHADAS	Isclas de carne 45g	Isclas de frango com tomate 60g
	Quirera 60g	Batata doce cozida 50g	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 AF (orgânica) 25g	Salada de abobrinha AF (orgânica) 30g
	Laranja	Melancia	Melão	Banana	Mamão
Lanche	BATIDA DE MAÇÃ SEM LACTOSE / 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
Jantar	Polenta à bolonhesa 200g	Sopa camponesa 180g	Suco de laranja 200ml/ PÃO SEM LEITE com carne moída	Sopa de batata doce AF (orgânica) com frango 180g - MIB, MID	Arroz carreteiro 180g
	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 comMANTEIGA DE COCO	PÃO SEM LEITE com PATÊ DE GRÃO DE BICO	BOLO DE BANANA COM AVEIA SEM OVOS	PÃO SEM LEITE comMANTEIGA DE COCO	PÃO SEM LEITE com PATÊ DE GRÃO DE BICO
Colação	Melão	Laranja	Melão	Melancia	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 à camponesa 70g	Isclas de carne 45g	ISCAS DE FRANGO GRELHADAS	Carne moída com tomate e cheiro verde 50g
	Brócolis refogado 50g	Polenta 100g	QUIRERA	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
Lanche	VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE SOJA 180ml / Flocos de milho sem açúcar 20g	Banana / Aveia em flocos finos 20g	Suco de maçã 200ml / SANDUÍCHE VEGANO	CREME DE MANGA SEM LACTOSE SEM LACTOSE / Flocos de arroz 10g	Suco de uva 200ml / BOLO DE BANANA COM AVEIA SEM OVOS
Jantar	Risoto de frango 200g	Sopa de lentilha com carne 180g	ESCONDIDINHO DE FRANGO SEM LEITE	SOPA DE ABÓBORA COM CARNE COM MAACRRÃO SEM OVOS	Quirera com molho de frango 200g



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
SEM LEITE E OVOS 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

	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 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	Maçã	Banana	Melão	Banana
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
	Frango ensopado 70g	CARNE MOÍDA REFOGADA	Frango à camponesa 70g	ISCAS DE CARNE
	MACARRÃO SEM OVOS AO ALHO E ÓLEO	PURÊ DE BATATA SEM LEITE	Quirera 60g	Batata salsa AF (orgânica) cozida 50g
	Salada de tomate 40g	Salada de vagem com cenoura 30g	Salada de alface 25g	Salada de beterraba AF (orgânica) 35g
	Melão	Laranja	Maçã	Laranja
Lanche	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 CACAU SEM AÇÚCAR, LEITE E OVOS / Suco de laranja 200ml
Jantar	Arroz carreteiro 180g	Canja 200g	SOPA DE FEIJÃO COM MACARRÃO SEM OVOS	Polenta com molho de frango 200g