



Júliana R. dos Guedes
Júliana 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

CARDÁPIO MATERNAL I (1 ano e 7 meses - 2anos e 11 meses) E MATERNAL ÚNICO SINGULAR D
SEM AVEIA OUTUBRO 2024

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 190ml | Chá de camomila sem açúcar 190ml | Vitamina de banana 180ml | Suco de uva 200ml | |
| | | Pão de forma com manteiga 8g | Pão de leite com queijo 20g | Pão integral com manteiga 8g | Pão de leite com queijo 20g | |
| Colação | | Melancia | Banana | Laranja | Maçã | |
| 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 | |
| | | Carne moída refogada 70g (50g de carne e 20g de molho) | Iscas de frango grelhadas 60g | Barreado 70g | Peito de frango à milanesa 50g | |
| | | Purê de batata 60g | 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 | |
| | Maçã | Melão | Melancia | Mamão | | |
| Lanche | | Suco de laranja / Sanduíche napolitano | Mamão/ FLOCOS DE ARROZ | Chá de maçã sem açúcar 190ml / PÃO DE LEITE COM MANTEIGA | Vitamina de morango 180ml / Flocos de arroz 10g | |
| Jantar | | Sopa camponesa 180g | Polenta à bolonhesa 200g | Arroz carreteiro 180g | Macarrão à bolonhesa 200g | |
| | SEGUNDA 07/10 | TERÇA 08/10 | QUARTA 09/10 | QUINTA 10/10 | SEXTA 11/10 | |
| Desjejum | | Leite 190ml | Chá de camomila sem açúcar 190ml | Leite 190ml | Chá de erva doce sem açúcar 190ml | Leite 190ml |
| | | Pão integral com manteiga AF 8g | Pão de forma com queijo 20g | PÃO INTEGRAL COM QUEIJO | Pão de leite com manteiga AF 8g | Pão integral com queijo 20g |
| Colação | | Melão | Banana | Manga | Maçã | Melão |
| 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 |
| | | Iscas de carne com açafrão 50g | Strogonoff de frango 70g | Bolinho de carne 60g (3 unidades de 20g) | Frango à parmegiana 70g | Carne moída com tomate e cheiro verde 50g |
| | | Polenta 100g | Jardineira de legumes 50g | Macarrão ao alho e óleo 65g | 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 |
| | Laranja | Maçã | Melão | Banana AF (orgânica) | Laranja | |
| Lanche | | Vitamina de manga 180ml / Flocos de milho sem açúcar | Suco de laranja 200ml / Sanduíche natural | Mamão / FLOCOS DE ARROZ | Vitamina de morango 180ml / Flocos de milho sem açúcar | Suco de uva 200ml / PÃO SEM LEITE COM MANTEIGA |
| Jantar | | Canja 200g | Sopa cabocla 180g | Risoto de frango com legumes 180g | Sopa de feijão com legumes 180g | Quirera com molho de frango 200g |



Júliana R. dos Guedes
Júliana 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

CARDÁPIO MATERNAL I (1 ano e 7 meses - 2anos e 11 meses) E MATERNAL ÚNICO SINGULAR D
SEM AVEIA OUTUBRO 2024

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 190ml | Chá de camomila sem açúcar 190ml | Leite AF 190ml | Suco de uva 200ml | Chá de erva doce sem açúcar 190ml |
| Colação | Pão de forma com manteiga AF 8g | Pão de leite com queijo 10g | Pão integral com manteiga AF 8g | Pão de forma com queijo 20g | PÃO INTEGRAL COM QUEIJO |
| | 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 | Peito de frango à milanesa 50g | Iscas de carne 45g | Iscas de frango com tomate 60g |
| | Quirera 60g | Batata doce cozida 50g | Legumes sortidos 50g | Creme de aipim 70g | 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 190ml / Flocos de milho sem açúcar 20g | BATIDA DE MAÇÃ/ Banana | Vitamina de manga (leite AF) 180ml / Flocos de milho sem açúcar 20g | Creme de morango (leite AF) / Flocos de arroz 10g | Banana/ Flocos de arroz 10g |
| Jantar | Polenta à bolonhesa 200g | Sopa camponesa 180g | Suco de laranja 200ml/ Pão de 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 AF 190ml | Chá de camomila sem açúcar 190ml | Leite AF 190ml | Chá de erva doce sem açúcar 190ml | Leite AF 190ml |
| Colação | Pão de forma com manteiga AF 8g | Pão de leite com queijo 20g | PÃO SEM LEITE COM MANTEIGA | Pão integral com manteiga AF 8g | Pão de forma com queijo 20g |
| | 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 |
| | Strogonoff de carne 70g | Frango à camponesa 70g | Iscas de carne 45g | Frango à parmegiana 70g | Carne moída com tomate e cheiro verde 50g |
| | Brócolis refogado 50g | Polenta 100g | Creme de milho 60g | 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 180ml / Flocos de milho sem açúcar 20g | Banana / FLOCOS DE ARROZ | Suco de maçã 200ml / Sanduíche natural | Creme de manga (leite AF) / Flocos de arroz 10g | Suco de uva 200ml / PÃO INTEGRAL COM QUEIJO |
| Jantar | Risoto de frango 200g | Sopa de lentilha com carne 180g | Escondidinho de frango 170g | 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

CARDÁPIO MATERNAL I (1 ano e 7 meses - 2anos e 11 meses) E MATERNAL ÚNICO SINGULAR D
SEM AVEIA OUTUBRO 2024

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 190ml | Chá de erva doce sem açúcar 190ml | Leite 190ml | Leite 190ml |
| | Pão de leite com manteiga AF 8g | Pão de forma com queijo 20g | Pão integral com manteiga AF 8g | Pão leite com queijo 20g |
| 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 | Bolinho de carne 60g (3 unidades de 20g) | Frango à camponesa 70g | Strogonoff de carne 70g |
| | Macarrão ao alho e óleo 65g | Purê de batata 60g | 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 |
| Lanche | Suco de uva 200ml / Sanduíche natural | Vitamina de morango / Flocos de milho sem açúcar 20g | Mamão / FLOCOS DE ARROZ | Bolo de cacau sem açúcar 60g / Suco de laranja 200ml |
| Jantar | Arroz carreteiro 180g | Canja 200g | Sopa de feijão com macarrão 180g | Polenta com molho de frango 200g |