



*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 SEM LACTOSE, FEIJÃO, BRÓCOLIS, COUVE FLOR, BATATA DOCE E REPOLHO 2024**

**SINGULAR D  
 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

		<b>TERÇA 01/10</b>	<b>QUARTA 02/10</b>	<b>QUINTA 03/10</b>	<b>SEXTA 04/10</b>	
<b>Desjejum</b>		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	
<b>Colação</b>		Melancia	Banana	Laranja	Maçã	
<b>Almoço</b>		Arroz 95g	Arroz 95g	Arroz 95g	Arroz 95g	
		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 SEM LEITE	ABOBRINHA REFOGADA	Farofa de couve 20g	Abobrinha colorida 50g	
		SALADA DE CHUCHU	Salada de acelga com cenoura 30g	SALADA DE ACELGA	Salada de vagem 30g	
	Maçã	Melão	Melancia	Mamão		
<b>Lanche</b>		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	
<b>Jantar</b>		Sopa camponesa 180g	Polenta à bolonhesa 200g	Arroz carreteiro 180g	Macarrão à bolonhesa 200g	
	<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 comMANTEIGA SEM LACTOSE	PÃO SEM LEITE com PATÊ DE GRÃO DE BICO	Muffin de maçã com uva passa 60g	PÃO SEM LEITE comMANTEIGA SEM LACTOSE	PÃO SEM LEITE com PATÊ DE GRÃO DE BICO
<b>Colação</b>		Melão	Banana	Manga	Maçã	Melão
<b>Almoço</b>		Arroz 95g	Arroz 95g	Arroz 95g	Arroz 95g	Arroz 95g
		Iscas 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	Jardineira de legumes 50g	Macarrão ao alho e óleo 65g	Quibebe 50g	Batata ensopada 50g
		Salada de tomate 40g	SALADA DE ACELGA	Salada de alface 25g	Salada de pepino AF (orgânico) 35g	Salada de abobrinha AF (orgânica) 30g
	Laranja	Maçã	Melão	Banana AF (orgânica)	Laranja	
<b>Lanche</b>		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
<b>Jantar</b>		Canja 200g	Sopa cabocla 180g	Risoto de frango com legumes 180g	SOPA CAMPONESA	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 SEM LACTOSE, FEIJÃO, BRÓCOLIS, COUVE FLOR, BATATA DOCE E REPOLHO 2024**

**SINGULAR D  
 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

	<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 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
<b>Colação</b>	Melão	Maçã	Mamão	Manga	Laranja
<b>Almoço</b>	Arroz 95g	Arroz 95g	Arroz 95g	Arroz 95g	Arroz 95g
	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 SALSA COZIDA	JARDINEIRA DE LEGUMES	POLENTA	Farofa de couve 20g
	Salada de tomate com pepino 45g	SALADA DE ALFACE	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 SEM LACTOSE / Flocos de milho sem açúcar 20g	MINGAU DE AVEIA SEM LACTOSE / Banana	VITAMINA DE MANGA SEM LACTOSE / Flocos de milho sem açúcar 20g	CREME DE MORANGO SEM LACTOSE / Flocos de arroz 10g	Banana/ Flocos de arroz 10g
<b>Jantar</b>	Polenta à bolonhesa 200g	Sopa camponesa 180g	Suco de laranja 200ml/ PÃO SEM LEITE com carne moída	CANJA	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 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
<b>Colação</b>	Melão	Laranja	Melão	Melancia	Laranja
<b>Almoço</b>	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
	ABOBRINHA REFOGADA	Polenta 100g	QUIRERA	Chuchu refogado 50g	Jardineira de legumes (chuchu AF - orgânico) 50g
	Salada de tomate 40g	SALADA DE ACELGA	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 SEM LACTOSE 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 / Muffin de maçã com uva passa 60g
<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

**CARDÁPIO MATERNAL I (1 ano e 7 meses - 2anos e 11 meses) E MATERNAL ÚNICO  
SEM LACTOSE, FEIJÃO, BRÓCOLIS, COUVE FLOR, BATATA DOCE E REPOLHO  
2024**

**SINGULAR D  
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

	<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 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
<b>Colação</b>	Maçã	Banana	Melão	Banana
	Arroz 95g	Arroz 95g	Arroz 95g	Arroz 95g
<b>Almoço</b>	Frango ensopado 70g	Bolinho de carne 60g (3 unidades de 20g)	Frango à camponesa 70g	ISCAS DE CARNE
	Macarrão ao alho e óleo 65g	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
<b>Lanche</b>	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 CACAU SEM AÇÚCAR, LEITE E OVOS / Suco de laranja 200ml
<b>Jantar</b>	Arroz carreteiro 180g	Canja 200g	SOPA CAMPONESA	Polenta com molho de frango 200g