



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 LEITE E OVOS OUTUBRO
 2024**

SINGULAR E

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 | |
| | | 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 | | 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 | |
| | | ISCAS DE FRANGO GRELHADAS | Barreado 70g | Iscas de frango grelhadas 60g | Carne moída refogada 70g (50g de carne e 20g de molho) | |
| | | Abobrinha colorida 50g | Farofa de couve 20g | Brócolis refogado 50g | PURÊ DE BATATA SEM LEITE | |
| | | Salada de vagem 30g | Salada de repolho 23g | Salada de acelga AF (orgânica) com cenoura 30g | Salada de pepino AF (orgânico) 35g | |
| | | Melão | Maçã | Mamão | Melancia | |
| Lanche | | Mamão/ Aveia em flocos finos 20g | Suco de laranja / SANDUÍCHE VEGANO | VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE SOJA 180ml / Flocos de arroz 10g | Chá de maçã sem açúcar 190ml / BOLO DE BANANA COM AVEIA SEM OVOS | |
| Jantar | | Sopa camponesa 180g | Polenta à bolonhesa 200g | MACARRÃO SEM OVOS À BOLONHESA | Arroz carreteiro 180g | |
| | 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 |
| | | PÃO SEM LEITE comMANTEIGA DE COCO | PÃO SEM LEITE com PATÊ DE GRÃO DE BICO | PÃO SEM LEITE comMANTEIGA DE COCO | BOLO DE BANANA COM AVEIA SEM OVOS | PÃO SEM LEITE com PATÊ DE GRÃO DE BICO |
| 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 | ISCAS DE FRANGO GRELHADAS | Carne moída com tomate e cheiro verde 50g | ISCAS DE FRANGO GRELHADAS | CARNE MOÍDA REFOGADA |
| | | Polenta 100g | Quibebe 50g | Batata ensopada 50g | Jardineira de legumes (chuchu AF - orgânico) 50g | MACARRÃO SEM OVOS AO ALHO E ÓLEO |
| | | Salada de tomate 40g | Salada de couve-flor 20g | Salada de abobrinha 30g | Salada de repolho 23g | Salada de alface AF (orgânica) 25g |
| | | Laranja | Maçã | Melão | Laranja | Banana |
| Lanche | | VITAMINA DE MANGA COM LEITE DE SOJA 180ml / Flocos de milho sem açúcar | Suco de laranja 200ml / SANDUÍCHE VEGANO | VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE SOJA 180ml / Flocos de milho sem açúcar | Mamão/ Aveia em flocos finos 20g | 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
 SEM LEITE E OVOS OUTUBRO
 2024

SINGULAR E

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 | BOLO DE BANANA COM AVEIA SEM OVOS | PÃO SEM LEITE com PATÊ DE GRÃO DE BICO | PÃO SEM LEITE comMANTEIGA DE COCO |
| 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 | Iscas de carne 45g | Iscas de frango com tomate 60g | Picadinho de carne 70g | ISCAS DE FRANGO GRELHADAS |
| | Quirera 60g | POLENTA | Brócolis refogado 50g | Farofa de cenoura AF (orgânica) 20g | Legumes sortidos 50g |
| | Salada de tomate com pepino 45g | Salada de alface 25g | Salada de abobrinha 30g | Salada de brócolis AF (orgânico) 30g | Salada de beterraba AF (orgânica) 35g |
| | Maçã | Mamão | Melancia | Laranja | Melão |
| Lanche | BATIDA DE MAÇÃ SEM LACTOSE / Flocos de milho sem açúcar 20g | VITAMINA DE MANGA COM LEITE DE SOJA / Flocos de milho sem açúcar 20g | MINGAU DE AVEIA COM LEITE DE SOJA / Banana | Banana/ Aveia em flocos finos 20g | CREME DE MORANGO COM LEITE DE SOJA / 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 com frango 180g | 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 | PÃO SEM LEITE comMANTEIGA DE COCO | BOLO DE BANANA COM AVEIA SEM OVOS | 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 | ISCAS DE FRANGO GRELHADAS | Carne moída com tomate e cheiro verde 50g | Frango à camponesa 70g | Iscas de carne 45g |
| | Brócolis refogado 50g | Chuchu refogado 50g | Jardineira de legumes 50g | Polenta 100g | QUIRERA |
| | Salada de tomate 40g | Salada de beterraba 35g | Salada de alface 25g | Salada de repolho verde AF (orgânico) com repolho roxo 30g | Salada de chuchu AF (orgânico) 25g |
| | Laranja | Mamão | Maçã | Banana | Maçã |
| Lanche | VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE SOJA 180ml / Flocos de milho sem açúcar 20g | Suco de maçã 200ml / SANDUÍCHE VEGANO | Banana / Aveia em flocos finos 20g | Suco de uva 200ml / BOLO DE BANANA COM AVEIA SEM OVOS | CREME DE MANGA SEM LACTOSE / Flocos de arroz 10g |
| Jantar | ESCONDIDINHO DE FRANGO SEM LEITE | Sopa de lentilha com carne 180g | Risoto de frango 200g | SOPA DE ABÓBORA COM CARNE COM MACARRÃO 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 E
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 | ISCAS DE CARNE | Frango à camponesa 70g | CARNE MOÍDA REFOGADA |
| | Quirera 60g | Batata salsa cozida 50g | MACARRÃO SEM OVOS AO ALHO E ÓLEO | PURÊ DE BATATA SEM LEITE |
| | Salada de tomate 40g | Salada de alface 25g | Salada de beterraba 35g | Salada de vagem com cenoura AF (orgânica) 30g |
| | Melão | Laranja | Maçã | Laranja |
| Lanche | Suco de uva 200ml / SANDUÍCHE VEGANO | Mamão / Aveia em flocos finos 20g | VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE SOJA / Flocos de milho sem açúcar 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 |