



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

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

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 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
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
		Peito de frango à milanesa 50g	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 SEM LACTOSE 180ml / Flocos de arroz 10g	Chá de maçã sem açúcar 190ml / Bolo de banana com aveia 60g
Jantar		Sopa camponesa 180g	Polenta à bolonhesa 200g	Macarrão à bolonhesa 200g	Arroz carreteiro 180g
	SEGUNDA 07/10	TERÇA 08/10	QUARTA 09/10	QUINTA 10/10	SEXTA 11/10
Desjejum		LEITE SEM LACTOSE	Chá de camomila sem açúcar 190ml	LEITE SEM LACTOSE	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	Muffin de maçã com uva passa 60g
Colação		Melão	Banana	Manga	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 carne com açafrão 50g	ISCAS DE FRANGO GRELHADAS	Carne moída com tomate e cheiro verde 50g	ISCAS DE FRANGO GRELHADAS
		Polenta 100g	Quibebe 50g	Batata ensopada 50g	Jardineira de legumes (chuchu AF - orgânico) 50g
		Salada de tomate 40g	Salada de couve-flor 20g	Salada de abobrinha 30g	Salada de repolho 23g
	Laranja	Maçã	Melão	Laranja	Banana
Lanche		VITAMINA DE MANGA SEM LACTOSE 180ml / Flocos de milho sem açúcar	Suco de laranja 200ml / SANDUÍCHE VEGANO	VITAMINA DE MORANGO SEM LACTOSE 180ml / Flocos de milho sem açúcar	Mamão/ Aveia em flocos finos 20g
Jantar		Canja 200g	Sopa cabocla 180g	Risoto de frango com legumes 180g	Sopa de feijão com legumes 180g
					Quirera com molho de frango 200g



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

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

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 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	Muffin de maçã com uva passa 60g	PÃO SEM LEITE com PATÊ DE GRÃO DE BICO	PÃO SEM LEITE comMANTEIGA SEM LACTOSE
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	Peito de frango à milanesa 50g
	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 SEM LACTOSE / Flocos de milho sem açúcar 20g	MINGAU DE AVEIA SEM LACTOSE / Banana	Banana/ Aveia em flocos finos 20g	CREME DE MORANGO SEM LACTOSE / 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 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	PÃO SEM LEITE comMANTEIGA SEM LACTOSE	Bolo de banana com aveia 60g	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 SEM LACTOSE 180ml / Flocos de milho sem açúcar 20g	Suco de maçã 200ml / SANDUÍCHE VEGANO	Banana / Aveia em flocos finos 20g	Suco de uva 200ml / Muffin de maçã com uva passa 60g	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 180g	Quirera com molho de frango 200g



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

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

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 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
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	Bolinho de carne 60g (3 unidades de 20g)
	Quirera 60g	Batata salsa cozida 50g	Macarrão ao alho e óleo 65g	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 SEM LACTOSE / 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 180g	Polenta com molho de frango 200g