



**CARDÁPIO MATERNAL II E PRÉ RISOTOLÂNDIA C**  
**ABRIL**  
**2025**

**Manoela Nobrega Lorenzi**  
Gerência de Alimentação  
Matrícula 192196  
Nutricionista/CRN-8 4750

**Milena Schardong Agnoletto**  
Gerência de Alimentação  
Matrícula 189507  
Nutricionista/CRN-8 12407

**Nadia Rafaela dos Santos Sato**  
Gerência de Alimentação  
Matrícula 189511  
Nutricionista/CRN-8 9129

		<b>TERÇA 01/04</b>	<b>QUARTA 02/04</b>	<b>QUINTA 03/04</b>	<b>SEXTA 04/04</b>							
<b>Desjejum</b>		Leite 190ml	Suco de maçã 200ml	Vitamina de banana 180ml	Suco de uva 200ml							
		Pão de leite com manteiga 8g	Pão de forma com queijo 20g	Pão de integral com manteiga 8g	Pão de leite com queijo 20g							
<b>Almoço</b>		Arroz 95g e feijão preto 100g	Arroz 95g e feijão carioca 100g	Arroz 95g e feijão preto 100g	Arroz 95g e feijão carioca 100g							
		Strogonoff de carne 70g	Frango ensopado 70g	Bife de panela (60g carne e 10g molho)	Frango assado 50g							
		Batata doce refogada	Farofa de couve 20g	Purê de batata 60g	Quibebe 50g							
		Salada de cenoura 25g	Salada de beterraba 35g	Salada de brócolis 30g	Salada de tomate 40g							
<b>Lanche</b>		Melão	Laranja	Caqui	Melancia							
		Vitamina de manga 180ml / Flocos de arroz 10g	Banana / Flocos de arroz 10g	Suco de laranja 200ml / Sanduíche de queijo com tomate e alface	Creme de morango 100g / Flocos de milho sem açúcar 20g							
<b>Jantar</b>		Polenta - jantar 120g + Iscas de frango com tomate 60g	Macarrão - jantar 150g + Carne moída ao sugo	Canja 200g	Sopa de feijão com macarrão 180g							
<b>NUTRIENTES</b>	<b>ENERGIA (kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LIP (g)</b>	<b>VITAMINAS</b>		<b>MINERAIS</b>					
<b>CÁLCULO</b>	<b>1390,09</b>	<b>201,06</b>	<b>68,45</b>	<b>37,89</b>	<b>A</b>	<b>C</b>	<b>Ca</b>	<b>Fe</b>	<b>863,1</b>	<b>103,09</b>	<b>587,88</b>	<b>7,1</b>
	<b>SEGUNDA 07/04</b>	<b>TERÇA 08/04</b>	<b>QUARTA 09/04</b>	<b>QUINTA 10/04</b>	<b>SEXTA 11/04</b>							
<b>Desjejum</b>		Leite 190ml	Suco de uva 200ml	Vitamina de manga 180ml	Chá de camomila sem açúcar 190ml	Suco de laranja 200ml						
		Pão de integral com manteiga 8g	Pão de forma com queijo 20g	Pão de leite com manteiga 8g	Pão de integral com queijo 20g	Muffin de maçã com uva passa 60g						
<b>Almoço</b>		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 45g	Frango à camponesa 70g	Picadinho de carne 70g	Frango ensopado 70g	Barreado 70g						
		Polenta 100g	Brócolis cozido 50g	Beterraba cozida 50g	Macarrão ao alho e óleo 65g	Farofa de banana 20g						
		Salada de alface 25g	Salada de pepino 35g	Salada de abobrinha 30g	Salada de couve-flor 20g	Salada de repolho com tomate 30g						
<b>Lanche</b>		Mamão	Maçã	Melão	Banana	Pera						
		Vitamina de goiaba 180 ml / Flocos de milho sem açúcar 20g	Banana / Aveia em flocos finos 20g	Suco de maçã 200ml / Bolo de banana com aveia 60g	Mamão / Flocos de arroz 10g	Iogurte de morango 180 ml / Flocos de milho sem açúcar 20g						
<b>Jantar</b>		Quirera - jantar 120g + Frango ensopado 70g	Suco de uva 200 ml / Pão de leite com carne moída 35g	Risoto de frango - jantar 200g	Sopa de feijão com legumes 180g	Arroz Carreteiro 180g						
<b>NUTRIENTES</b>	<b>ENERGIA (kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LIP (g)</b>	<b>VITAMINAS</b>		<b>MINERAIS</b>					
<b>CÁLCULO</b>	<b>1283,74</b>	<b>195,55</b>	<b>59,38</b>	<b>31,26</b>	<b>A</b>	<b>C</b>	<b>Ca</b>	<b>Fe</b>	<b>361,1</b>	<b>161,3</b>	<b>472,66</b>	<b>7,16</b>
	<b>SEGUNDA 14/04</b>	<b>TERÇA 15/04</b>	<b>QUARTA 16/04</b>	<b>QUINTA 17/04</b>								
<b>Desjejum</b>		Vitamina de morango 180ml	Leite 190ml	Suco de laranja 200ml	Vitamina de banana 180ml	<b>FERIADO</b>						
		Pão de leite com queijo 20g	Pão de forma com manteiga 8g	Pão integral com queijo 20g	Muffin de maçã com uva passa 60g							
<b>Almoço</b>		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 60g	Carne moída ao sugo 50g	Peito de frango à milanesa 50g	Bolinho de carne 60g							
		Creme de milho 60g	Polenta 100g	Abobrinha com cenoura, tomate e vagem 50g	Legumes refogados 40g							
		Salada de chuchu 25g	Salada de acelga 20g	Salada de pepino 35g	Salada de tomate 40g							
<b>Lanche</b>		Mamão	Laranja	Caqui	Maçã							
		Mingau de banana com aveia 200g / Maçã	Suco de uva 200ml / Bolo banana com aveia 60g	Batida de maçã 180ml / Flocos de milho sem açúcar 20g	Mamão / Aveia em flocos finos 20g							
<b>Jantar</b>		Escondidinho de carne 170g	Canja 200g	Sopa cabocla 180g	Quirera - jantar 120g + Frango ensopado 70g							
<b>NUTRIENTES</b>	<b>ENERGIA (kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LIP (g)</b>	<b>VITAMINAS</b>							<b>MINERAIS</b>
<b>CÁLCULO</b>	<b>1432,89</b>	<b>197,01</b>	<b>72,3</b>	<b>41,55</b>	<b>A</b>	<b>C</b>	<b>Ca</b>	<b>Fe</b>	<b>576,2</b>	<b>138,69</b>	<b>655,21</b>	<b>6,76</b>



**CARDÁPIO MATERNAL II E PRÉ RISO TOLÂNDIA C**  
**ABRIL**  
**2025**

**Manoela Nobrega Lorenzi**  
Gerência de Alimentação  
Matrícula 192196  
Nutricionista/CRN-8 4750

**Milena Schardong Agnoletto**  
Gerência de Alimentação  
Matrícula 189507  
Nutricionista/CRN-8 12407

**Nadia Rafaela dos Santos Sato**  
Gerência de Alimentação  
Matrícula 189511  
Nutricionista/CRN-8 9129

		TERÇA 22/04	QUARTA 23/04	QUINTA 24/04	SEXTA 25/04			
<b>Desjejum</b>	<b>FERIADO</b>	Suco de maçã 200ml	Chá de camomila sem açúcar 190ml	Leite 190ml	Suco de uva 200g			
<b>Almoço</b>		Pão de forma com manteiga 8g	Pão de leite com queijo 20g	Pão de forma com manteiga 8g	Pão de leite com queijo 20g			
		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 frango 70g	Iscas de carne 45g	Frango assado 50g	Carne moída ao molho com cenoura e			
		Batata doce refogada	Cenoura refogada 50g	Purê de batata 60g	Macarrão ao alho e óleo 65g			
		Salada de repolho verde com repolho roxo 30g	Salada de alface 25g	Salada de beterraba 35g	Salada de pepino 35g			
<b>Lanche</b>		Banana	Manga	Maçã	Melão			
		Suco de laranja 200ml / Muffin de maçã e uvas passas 60g	logurte de morango 180g / Flocos de milho sem açúcar 20g	Suco de uva 200ml / Bolo de banana com aveia 60g	Mamão / Flocos de arroz 10g			
<b>Jantar</b>		Polenta - jantar 120g + Carne moída ao sugo 50g	Sopa camponesa 180g	Sopa de feijão com macarrão 180g	Risoto de frango com legumes 180g			
<b>NUTRIENTES</b>		<b>ENERGIA (kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LIP (g)</b>	<b>VITAMINAS</b>		<b>MINERAIS</b>
<b>CÁLCULO</b>	<b>1202,6</b>	<b>195,78</b>	<b>55,74</b>	<b>25,19</b>	<b>A</b>	<b>C</b>	<b>Ca</b>	<b>Fe</b>
	<b>380,4</b>	<b>159,04</b>	<b>362,22</b>	<b>6,54</b>				
	<b>SEGUNDA 28/04</b>	<b>TERÇA 29/04</b>	<b>QUARTA 30/04</b>					
<b>Desjejum</b>	Suco de uva 200ml	Batida de maçã 180ml	Leite 190ml					
<b>Almoço</b>	Pão integral com manteiga 8g	Pão de forma com queijo 20g	Pão de leite com manteiga 8g					
	Arroz 95g e feijão carioca 100g	Arroz 95g e feijão preto 100g	Arroz 95g e feijão carioca 100g					
	Iscas de frango com tomate 60g	Barreado 70g	Frango à parmegiana 70g					
	Polenta 100g	Farofa de banana 20g	Creme de milho 60g					
	Salada de alface 25g	Salada de couve-flor 20g	Salada de brócolis 30g					
<b>Lanche</b>	Kiwi	Caqui	Maçã					
	Vitamina de morango 180 ml / Flocos de milho sem açúcar 20g	Mamão / Flocos de arroz 10g	Suco de laranja 200ml / Muffin de maçã com uva passa 60g					
<b>Jantar</b>	Arroz Carreteiro 180g	Quirera - jantar 120g + Frango ensopado 70g	Suco de maçã 200ml/Pão de leite com carne moída					
<b>NUTRIENTES</b>	<b>ENERGIA (kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LIP (g)</b>	<b>VITAMINAS</b>		<b>MINERAIS</b>	
<b>CÁLCULO</b>	<b>1464,93</b>	<b>206,76</b>	<b>70,28</b>	<b>41,67</b>	<b>A</b>	<b>C</b>	<b>Ca</b>	<b>Fe</b>
					<b>525,2</b>	<b>155,27</b>	<b>554,31</b>	<b>6,82</b>