

CARDÁPIO MATERNAL II E PRÉ RISOTOLÂNDIA F
ABRIL
SEM FRUTAS CÍTRICAS 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 01/04	QUARTA 02/04	QUINTA 03/04	SEXTA 04/04
Desjejum		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
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
		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
		Melão	MAÇÃ	Caqui	Melancia
Lanche		Vitamina de manga 180ml / Flocos de arroz 10g	Banana / Flocos de arroz 10g	SUCO DE MAÇÃ 200ml / Sanduíche de queijo com tomate e alface	CREME DE MANGA / Flocos de milho sem açúcar 20g
Jantar		Polenta - jantar 120g + Iscas de frango com tomate 60g	Macarrão - jantar 150g + Carne moída ao sugo	Canja 200g	Sopa de feijão com macarrão 180g
	SEGUNDA 07/04	TERÇA 08/04	QUARTA 09/04	QUINTA 10/04	SEXTA 11/04
Desjejum	Leite 190ml	Suco de uva 200ml	Vitamina de manga 180ml	Chá de camomila sem açúcar 190ml	SUCO DE MAÇÃ 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
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
	Isclas 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
	Mamão	Maçã	Melão	Banana	Pera
Lanche	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 COCO / Flocos de milho sem açúcar 20g
Jantar	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
	SEGUNDA 14/04	TERÇA 15/04	QUARTA 16/04	QUINTA 17/04	FERIADO
Desjejum	VITAMINA DE MANGA	Leite 190ml	SUCO DE MAÇÃ 200ml	Vitamina de banana 180ml	
	Pão de leite com queijo 20g	Pão de forma com manteiga 8g	Pão integral com queijo 20g	Muffin de maçã com uva passa 60g	
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	
	Isclas 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	
	Mamão	MAÇÃ	Caqui	Maçã	
Lanche	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	
Jantar	Escondidinho de carne 170g	Canja 200g	Sopa cabocla 180g	Quirera - jantar 120g + Frango ensopado 70g	

CARDÁPIO MATERNAL II E PRÉ RISOTOLÂNDIA F
ABRIL
SEM FRUTAS CÍTRICAS 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

	FERIADO	TERÇA 22/04	QUARTA 23/04	QUINTA 24/04	SEXTA 25/04
Desjejum		Suco de maçã 200ml	Chá de camomila sem açúcar 190ml	Leite 190ml	Suco de uva 200g
		Pão de forma com manteiga 8g	Pão de leite com queijo 20g	Pão de forma com manteiga 8g	Pão de leite com queijo 20g
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
		Strogonoff de frango 70g	Iscas de carne 45g	Frango assado 50g	Carne moída ao molho com cenoura e ervilha 70g
		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
		Banana	Manga	Maçã	Melão
Lanche		SUCO DE MAÇÃ 200ml / Muffin de maçã e uvas passas 60g	IOGURTE DE COCO/ Flocos de milho sem açúcar 20g	Suco de uva 200ml / Bolo de banana com aveia 60g	Mamão / Flocos de arroz 10g
Jantar		Polenta - jantar 120g + Carne moída ao sugo 50g	Sopa camponesa 180g	Sopa de feijão com macarrão 180g	Risoto de frango com legumes 180g
	SEGUNDA 28/04	TERÇA 29/04	QUARTA 30/04		
Desjejum	Suco de uva 200ml	Batida de maçã 180ml	Leite 190ml		
	Pão integral com manteiga 8g	Pão de forma com queijo 20g	Pão de leite com manteiga 8g		
Almoço	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		
	BANANA	Caqui	Maçã		
Lanche	VITAMINA DE MANGA / Flocos de milho sem açúcar 20g	Mamão / Flocos de arroz 10g	SUCO DE MAÇÃ 200ml / Muffin de maçã com uva passa 60g		
Jantar	Arroz Carreteiro 180g	Quirera - jantar 120g + Frango ensopado 70g	Suco de maçã 200ml/Pão de leite com carne moída		