



CARDÁPIO MATERNAL II E PRÉ RISO TOLÂNDIA F
ABRIL
SEM LEITE E BEBIDAS VEGETAIS 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		CHÁ DE ERVA DOCE SEM AÇÚCAR	Suco de maçã 200ml	CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR	Suco de uva 200ml
		PÃO SEM LEITE com MANTEIGA DE COCO	PÃO SEM LEITE com PATÊ DE GRÃO DE BICO	PÃO SEM LEITE com MANTEIGA DE COCO	PÃO SEM LEITE com PATÊ DE GRÃO DE BICO
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
		ISCAS DE CARNE REFOGADAS	Frango ensopado 70g	Bife de panela (60g carne e 10g molho)	Frango assado 50g
		Batata doce refogada	Farofa de couve 20g	PURÊ DE BATATA SEM LEITE	Quibebe 50g
		Salada de cenoura 25g	Salada de beterraba 35g	Salada de brócolis 30g	Salada de tomate 40g
		Melão	Laranja	Caqui	Melancia
Lanche		MANGA / Flocos de arroz 10g	Banana / Flocos de arroz 10g	Suco de laranja 200ml / PÃO SEM LEITE COM MANTEIGA DE COCO	BANANA / 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	CHÁ DE ERVA DOCE SEM AÇÚCAR	Suco de uva 200ml	SUCO DE LARANJA	Chá de camomila sem açúcar 190ml	Suco de laranja 200ml
	PÃO SEM LEITE com MANTEIGA DE COCO	PÃO SEM LEITE com PATÊ DE GRÃO DE BICO	PÃO SEM LEITE com MANTEIGA DE COCO	PÃO SEM LEITE com PATÊ DE GRÃO DE BICO	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
	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
	Mamão	Maçã	Melão	Banana	Pera
Lanche	BANANA / 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	BANANA / Flocos de milho sem açúcar 20g
Jantar	Quirera - jantar 120g + Frango ensopado 70g	Suco de uva 200 ml / PÃO SEM 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	CHÁ DE ERVA DOCE SEM AÇÚCAR	SUCO DE MAÇÃ	Suco de laranja 200ml	CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR	
	PÃO SEM LEITE com PATÊ DE GRÃO DE BICO	PÃO SEM LEITE com MANTEIGA DE COCO	PÃO SEM LEITE com PATÊ DE GRÃO DE BICO	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	
	Iscas de frango grelhadas 60g	Carne moída ao sugo 50g	ISCAS DE FRANGO GRELHADAS	Bolinho de carne 60g	
	QUIRERA	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	Laranja	Caqui	Maçã	
Lanche	BANANA/ Maçã	Suco de uva 200ml / Bolo banana com aveia 60g	BANANA / Flocos de milho sem açúcar 20g	Mamão / Aveia em flocos finos 20g	
Jantar	ESCONDIDINHO DE FRANGO SEM LEITE	Canja 200g	Sopa cabocla 180g	Quirera - jantar 120g + Frango ensopado 70g	



CARDÁPIO MATERNAL II E PRÉ RISOTOLÂNDIA F
ABRIL
SEM LEITE E BEBIDAS VEGETAIS 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
Desjejum	FERIADO	Suco de maçã 200ml	Chá de camomila sem açúcar 190ml	CHÁ DE ERVA DOCE SEM AÇÚCAR	Suco de uva 200g
		PÃO SEM LEITE com MANTEIGA DE COCO	PÃO SEM LEITE com PATÊ DE GRÃO DE BICO	PÃO SEM LEITE com MANTEIGA DE COCO	PÃO SEM LEITE com PATÊ DE GRÃO DE BICO
		Arroz 95g e feijão carioca 100g	Arroz 95g e feijão preto 100g	Arroz 95g e feijão carioca 100g	Arroz 95g e feijão preto 100g
Almoço		ISCAS DE FRANGO GRELHADAS	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 SEM LEITE	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 laranja 200ml / Muffin de maçã e uvas passas 60g	BANANA / 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	SUCO DE MAÇÃ	CHÁ DE ERVA DOCE SEM AÇÚCAR		
	PÃO SEM LEITE com MANTEIGA DE COCO	PÃO SEM LEITE com PATÊ DE GRÃO DE BICO	PÃO SEM LEITE com MANTEIGA DE COCO		
	Arroz 95g e feijão carioca 100g	Arroz 95g e feijão preto 100g	Arroz 95g e feijão carioca 100g		
Almoço	Iscas de frango com tomate 60g	Barreado 70g	ISCAS DE FRANGO COM TOMATE		
	Polenta 100g	Farofa de banana 20g	QUIRERA		
	Salada de alface 25g	Salada de couve-flor 20g	Salada de brócolis 30g		
	Kivi	Caqui	Maçã		
Lanche	BANANA/ Flocos de milho sem açúcar 20g	Mamão / Flocos de arroz 10g	Suco de laranja 200ml / Muffin de maçã com uva passa 60g		
Jantar	Arroz Carreteiro 180g	Quirera - jantar 120g + Frango ensopado 70g	Suco de maçã 200ml/PÃO SEM LEITE com carne moída		