



CARDÁPIO DEZEMBRO/2023

7 a 12 meses - 1ª Quinzena

Dia / Horário	08h00	09h00	10h00	10h40	12h00	13h30	15h00	15h30	**17h30
1ª SEMANA									
segunda-feira, 4 de dezembro de 2023	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno	Água - 100ml	Arroz, feijão, abobrinha, brócolis, carne moída/ melancia	Água - 100ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno	Arroz, Feijão, beterraba e ovo mexido com cheiro verde/ banana	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno
terça-feira, 5 de dezembro de 2023	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno	Água - 100ml	Mandioquinha, ervilha, cenoura e peixe desfiado/ Abacate com banana	Água - 100ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno	Inhame, ervilha, chuchu e carne moída com tomate/ Maça raspada	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno
quarta-feira, 6 de dezembro de 2023	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno	Água - 100ml	Inhame, ervilha, abóbora japonesa e carne desfiada com cheiro verde/pera raspada	Água - 100ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno	Batata, ervilha, repolho roxo e frango/Abacaxi cozido	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno
quinta-feira, 7 de dezembro de 2023	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno	Água - 100ml	Arroz, feijão, couve manteiga e frango com açafrão/ maça cozida	Água - 100ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno	Arroz, feijão e peixe refogado com tomate e cheiro verde/ mamão amassado	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno
sexta-feira, 8 de dezembro de 2023	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno	Água - 100ml	Batata, lentilha, chuchu e ovos mexidos/ Melão raspado	Água - 100ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno	Mandioquinha, lentilha, espinafre e carne em iscas/manga	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno
2ª SEMANA									
segunda-feira, 11 de dezembro de 2023	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno	Água - 100ml	Batata, lentilha, chuchu e ovos mexidos/ Melão raspado	Água - 100ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno	Abobora, grão de bico, espinafre e carne em iscas/manga	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno
terça-feira, 12 de dezembro de 2023	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno	Água - 100ml	batata, feijão, escarola e peixe refogado com açafrão/banana amassadinha	Água - 100ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno	Arroz, feijão, repolho branco e carne moída com cheiro verde/laranja lima	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno
quarta-feira, 13 de dezembro de 2023	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno	Água - 100ml	Arroz, feijão, berinjela e ovo mexido com orégano/melancia	Água - 100ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno	Mandioca, lentilha, chuchu e frango desfiado/maça raspada	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno
quinta-feira, 14 de dezembro de 2023	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno	Água - 100ml	macarrão, ervilha, cenoura e carne moída com cheiro verde/banana	Água - 100ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno	abobora, Feijão branco, carne moída e cará/pera raspada	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno
sexta-feira, 15 de dezembro de 2023	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno	Água - 100ml	Arroz, ervilha, cenoura e carne moída com cheiro verde/banana	Água - 100ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno	Mandioquinha, Feijão branco, carne moída e cará/pera raspada	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno

Utilizar 7 medidas rasas de fórmula láctea de seguimento 2 para confecção das mamadeiras;

Amassar a papinha a partir do Oitavo mês ao Nono mês e amassar um pouco menos a cada semana, para evoluir a consistência;

Adicionar 2 gotas de limão no momento de servir;

A carne moída não deverá ter grumos, e o frango e a carne deverão ser desfiados com a mão e depois cortados.

As papinhas devem ser feitas com ingredientes naturais (alho, cebola, óleo, nunca ingredientes industrializados) - SEM SAL. Respeitar as quantidades informadas acima;

A partir do 8º mês os líquidos (água, sucos, devem ser ofertados em copos de transição.

Não adicionar água e/ou açúcar nas frutas e sucos;

**** PARA AS CRIANÇAS QUE PERMANECEM ATÉ AS 19H00**

Não servir para o berçário, chá, café, café c/ leite, açúcar, embutidos, frituras e guloseimas;

ALEITAMENTO MATERNO: As mães que desejam continuar oferecendo o leite materno ao seu bebê na escola podem fazê-lo. Procure a direção e/ou Nutricionista da Maternal para maiores informações.

Cardápio elaborado pela Nutricionista Bruna Gampietro CRN3-28489 e Nubia Alves Silva CRN 36077


Nubia Alves Silva
Nutricionista
CRN 36077


Bruna Gampietro
Nutricionista
CRN3-28489

7 a 12 meses - 2ª Quinzena

Dia / Horário	08h00	09h00	10h00	10h40	12h00	13h30	15h00	15h30	**17h30
3ª SEMANA									
segunda-feira, 18 de dezembro de 2023	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno	Água - 100ml	Inhame, cenoura, abobrinha, repolho e carne moída (2 conchas cheias) / Melão (1 fatia amassada)	Água - 100ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno	Inhame, cenoura, abobrinha, repolho e carne moída (2 conchas cheias) / Melão (1 fatia amassada)	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno
terça-feira, 19 de dezembro de 2023	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno	Água - 100ml	Arroz, feijão, beterraba e ovo (2 conchas cheias) / mamão amassadinho (1 fatia)	Água - 100ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno	Sopa de frango, arroz, abóbora, mandioca e quiabo (2 conchas cheias - 200gr) / banana amassadinha (1 unidade)	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno
quarta-feira, 20 de dezembro de 2023	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno	Água - 100ml	Mandioquinha, feijão, abobrinha, espinafre e carne moída (2 conchas cheias) - melancia amassadinha (1 fatia P)	Água - 100ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno	Sopa de carne moída, feijão, macarrão, cenoura, batata e abobrinha (2 conchas cheias - 200gr) / abacate amassadinho (1 fatia)	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno
quinta-feira, 21 de dezembro de 2023	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno	Água - 100ml	Ovo, arroz, cenoura e vagem (2 conchas cheias - 200gr) / melancia amassadinha (1 fatia)	Água - 100ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno	Sopa de batata, chuchu, cenoura, frango, feijão branco (2 conchas cheias amassada) maçã raspadinha (1/2 unidade)	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno
sexta-feira, 22 de dezembro de 2023	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno	Água - 100ml	fuba, cenoura, couve, tomate e carne (2 conchas cheias - 200gr) / melão amassadinho (1 fatia)	Água - 100ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno	Sopa de fubá com carne e couve (2 conchas) - mamão amassadinho (1 fatia p)	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno
4ª SEMANA									
Segunda-feira, 25 de dezembro de 2023	FERIADO								
terça-feira, 26 de dezembro de 2023	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno	Água - 100ml	Sopa de batata, chuchu, cenoura, frango, feijão branco (2 conchas cheias amassada) maçã raspadinha (1/2 unidade)	Água - 100ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno	Sopa de carne, feijão, macarrão, cenoura, batata doce e tomate (2 conchas cheias - 200gr) / Banana amassadinha (1/2 pedacinho)	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno
quarta-feira, 27 de dezembro de 2023	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno	Água - 100ml	Sopa de mandioquinha, abobrinha, lentilha, arroz e carne / 2 conchas cheias amassada/ manga (1 fatia amassada)	Água - 100ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno	Sopa de batata, chuchu, cenoura, frango, feijão branco (2 conchas cheias amassada) maçã raspadinha (1/2 unidade)	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno
quinta-feira, 28 de dezembro de 2023	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno	Água - 100ml	Sopa de inhame, cenoura e chuchu com frango, feijão e macarrão / 2 conchas cheias amassada/ pêra raspadinha (1/2 unidade)	Água - 100ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno	Sopa de frango, arroz, abóbora, mandioca e quiabo (2 conchas cheias - 200gr) / banana amassadinha (1 unidade)	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno
sexta-feira, 29 de dezembro de 2023	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno	Água - 100ml	Sopa de Mandioca, beterraba, abobrinha, ervilha e gema de ovo/ 2 conchas cheias amassada/ Melão (1 fatia amassadinha)	Água - 100ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno	Sopa de feijão, macarrão, cenoura, batata ovo e abobrinha (2 conchas cheias - 200gr) / abacate amassadinho (1 fatia)	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno

Utilizar 7 medidas rasas de fórmula láctea de seguimento 2 para confecção das mamadeiras;

Amassar a papinha a partir do Oitavo mês ao Nono mês e amassar um pouco menos a cada semana, para evoluir a consistência;

Adicionar 2 gotas de limão no momento de servir;

A carne moída não deverá ter grumos, e o frango e a carne deverão ser desfiados com a mão e depois cortados.

As papinhas devem ser feitas com ingredientes naturais (alho, cebola, óleo, nunca ingredientes industrializados) - SEM SAL. Respeitar as quantidades informadas acima;

A partir do 8º mês os líquidos (água, sucos, devem ser ofertados em copos de transição.

Não adicionar água e/ou açúcar nas frutas e sucos;

**** PARA AS CRIANÇAS QUE PERMANECEM ATÉ AS 19H00**

Não servir para o berçário, chá, café, café c/ leite, açúcar, embutidos, frituras e guloseimas;

ALEITAMENTO MATERNO: As mães que desejam continuar oferecendo o leite materno ao seu bebê na escola podem fazê-lo. Procure direção e/ou Nutricionista da Maternal para maiores informações.

Cardápio elaborado pela Nutricionista Bruna Gampietro CRN3-28489 e Nubia Alves Silva CRN 36077

Bruna Gampietro
Nutricionista
CRN3:28489

Nubia Alves Silva
Nutricionista
CRN 36077

Maternal - 1º Fase - 1ª Quinzena

Dia da Semana	Desjejum 07h30	Hidratação 09h00	Almoço - 09h50	Hidratação 09h50	Lanche da tarde 13h30	Hidratação 13h50	Jantar 14h50	Hidratação 14h50	Ceia 17h30
1 SEMANA									
segunda-feira, 4 de dezembro de 2023	Leite puro/ Pão com Manteiga	Água - 100ml	Arroz/Feijão/Ovos Mexidos com abobrinha ralada/Fruta	Água - 100ml	Chá com Biscoito cream Cracker	Água - 100ml	Sopa de macarrão com legumes e carne/Fruta	Água - 100ml	Vitamina de frutas
terça-feira, 5 de dezembro de 2023	Leite puro/ Pão com Manteiga	Água - 100ml	Arroz/Feijão/ Frango com Brócolis/Salada de alface c/ tomate/Fruta	Água - 100ml	Chá com Bolo de beterraba	Água - 100ml	Sopa de fubá, couve e carne moída/Fruta	Água - 100ml	Chá com Biscoito Polvilho
quarta-feira, 6 de dezembro de 2023	Leite puro/ Pão com Manteiga	Água - 100ml	Arroz/Feijão/Carne cozida/Beterraba Cozida/Fruta	Água - 100ml	Mingau de Aveia sem Açúcar	Água - 100ml	Sopa de ervilha Legumes, macarrão e frango/Fruta	Água - 100ml	Chá/Biscoito Cream Cracker
quinta-feira, 7 de dezembro de 2023	Leite puro/ Pão com Manteiga	Água - 100ml	Arroz/ Feijão/Frango com abóbora/ Salada de Acelga com tomate/Fruta	Água - 100ml	Banana com Aveia	Água - 100ml	Sopa de feijão branco, legumes, macarrão e carne/Fruta	Água - 100ml	Chá com Pão de Queijo
sexta-feira, 8 de dezembro de 2023	Leite puro/ Pão com Manteiga	Água - 100ml	Arroz/ Feijão/Carne Moída/Polenta /Escarola Refogada/Fruta	Água - 100ml	Chá com Biscoito Polvilho	Água - 100ml	Canja/Fruta	Água - 100ml	Leite Puro/Biscoito Cream Cracker
2 SEMANA									
segunda-feira, 11 de dezembro de 2023	Leite puro/ Pão com Manteiga	Água - 100ml	Arroz/Feijão/Omelete com Espinafre/Salada de Cenoura Ralada/Fruta	Água - 100ml	Banana com Aveia	Água - 100ml	Sopa de Macarrão, legumes e frango/Fruta	Água - 100ml	Leite puro com Biscoito Maisena
terça-feira, 12 de dezembro de 2023	Leite puro/ Pão com Manteiga	Água - 100ml	Arroz/Feijão/Escondidinho de Frango/salada de Beterraba cozida/fruta	Água - 100ml	Chá com Biscoito Cream Cracker	Água - 100ml	Sopa de Ervilha, legumes, macarrão e carne/Fruta	Água - 100ml	Vitamina de frutas
quarta-feira, 13 de dezembro de 2023	Leite puro/ Biscoito Cream Cracker	Água - 100ml	Arroz/Feijão/Carne Moída c/ legumes Salada de Pepino/Fruta	Água - 100ml	Chá Mini Pão com Requeijão	Água - 100ml	Sopa Creme de Abóbora com frango/Fruta	Água - 100ml	Danone de Inhamo com Manga
quinta-feira, 14 de dezembro de 2023	Leite puro/ Pão com Manteiga	Água - 100ml	Arroz/Feijão/Frango c/ Brócolis/ Salada de Acelga c/ Tomate/Fruta	Água - 100ml	Salada de Frutas	Água - 100ml	Sopa caldo verde (batata, couve e carne moída)/Fruta	Água - 100ml	Chá com Biscoito Polvilho
sexta-feira, 15 de dezembro de 2023	Leite puro/ Pão com Manteiga	Água - 100ml	Arroz/Macarrão à Bolonhesa/Salada de Repolho c/ Tomate/Fruta	Água - 100ml	Cha com torta de frango	Água - 100ml	Sopa de Macarrão, legumes e Frango/Fruta	Água - 100ml	Vitamina de Abacate

NOTA: PODERÁ TER ALTERAÇÕES EM RELAÇÃO AOS PRODUTOS HORTIFRUTIGRANJEIROS DEVIDO A SAZONALIDADE, PROCESSO DE AMADURECIMENTO E/ OU DETERIORAÇÃO;
Cardapio elaborado por Bruna Gampietro - Nutricionista CRN 3-28489 e Núbia Alves Silva CRN: 36077


Núbia Alves Silva
Nutricionista
CRN 36077


Bruna Gampietro
Nutricionista
CRN: 28489

Maternal - 1º Fase - 2ª Quinzena

Dia da Semana	Desjejum 07h30	Hidratação 09h00	Almoço - 09h50	Hidratação 09h50	Lanche da tarde 13h30	Hidratação 13h50	Jantar 14h50	Hidratação 14h50	Ceia 17h30
3 SEMANA									
segunda-feira, 18 de dezembro de 2023	Leite puro/ Pão com Manteiga	Água - 100ml	Arroz/Feijão/Ovos Mexidos com Espinafre/Salada de Repolho c/ Tomate/Fruta	Água - 100ml	Banana com Aveia	Água - 100ml	Sopa de macarrão, legumes e carne/Fruta	Água - 100ml	Leite com Biscoito Maisena
terça-feira, 19 de dezembro de 2023	Leite puro/ Biscoito Cream Cracker	Água - 100ml	Arroz/ Feijão/Frango c/ Legumes/Beterraba Cozida/Fruta	Água - 100ml	Chá/ mini pão francês com requeijão	Água - 100ml	Sopa de Grão de Bico, Chuchu, Abóbora e carne/Fruta	Água - 100ml	Leite Puro/Biscoito Cream Cracker
quarta-feira, 20 de dezembro de 2023	Leite puro/ Pão com Requeijão	Água - 100ml	Arroz/ Feijão/Carne Moída c/ legumes/Salada de Alface c/ Tomate/Fruta	Água - 100ml	Chá com Bolo de banana s/ açúcar	Água - 100ml	Canja/Fruta	Água - 100ml	Creme de Abacate com banana
quinta-feira, 21 de dezembro de 2023	Leite puro/ Pão com Manteiga	Água - 100ml	Arroz/ Feijão/Frango c/ Abobrinha/ Salada de Repolho com tomate/Fruta	Água - 100ml	Chá com Pão de Queijo	Água - 100ml	Sopa Creme de Legumes com carne/Fruta	Água - 100ml	Vitamina de frutas
sexta-feira, 22 de dezembro de 2023	Leite puro/ Pão com Manteiga	Água - 100ml	Arroz/ Feijão/Carne desfiada c/ legumes /Escarola Refogada/Fruta	Água - 100ml	Mingau de Aveia sem Açúcar	Água - 100ml	Sopa de feijão branco, legumes e carne/Fruta	Água - 100ml	Chá/Biscoito Polvilho
4 SEMANA									
FERIADO NATAL									
terça-feira, 26 de dezembro de 2023	Leite puro/ Pão com Manteiga	Água - 100ml	Arroz/Feijão/Stroganoff de frango (feito c/ Inhame) Batata de forno/Fruta	Água - 100ml	Chá com Biscoito Polvilho	Água - 100ml	Sopa de lentilha, legumes, macarrão e carne moída/Fruta	Água - 100ml	Danone de Inhame com Manga
quarta-feira, 27 de dezembro de 2023	Leite puro/ Pão com Manteiga	Água - 100ml	Arroz/Feijão/Carne Panela/Chuchu Refogado/Fruta	Água - 100ml	Chá com bolo de fubá	Água - 100ml	Sopa de Fubá com Couve e Carne Moída/Fruta	Água - 100ml	Salada de Frutas
quinta-feira, 28 de dezembro de 2023	Leite puro/ Biscoito Cream Cracker	Água - 100ml	Arroz/Feijão/ Frango c/ abóbora/Salada de pepino c/ tomate/Fruta	Água - 100ml	Leite PURO e pão com requeijão	Água - 100ml	Sopa de macarrão, legumes e carne/Fruta	Água - 100ml	Chá com Biscoito Polvilho
sexta-feira, 29 de dezembro de 2023	Leite puro/ Pão com Manteiga	Água - 100ml	Arroz/Macarrão à Bolonhesa/Salada de Acelga c/ Tomate/Fruta	Água - 100ml	Vitamina de Frutas	Água - 100ml	Sopa de Ervilha Legumes, macarrão e frango/Fruta	Água - 100ml	Chá com Pão de Queijo

NOTA: PODERÁ TER ALTERAÇÕES EM RELAÇÃO AOS PRODUTOS HORTIFRUTIGRANJEIROS DEVIDO A SAZONALIDADE, PROCESSO DE AMADURECIMENTO E/ OU DETERIORAÇÃO;

Cardapio elaborado por Bruna Gampietro - Nutricionista CRN 3-28489 e Núbia Alves Silva CRN: 36077


Nubia Alves Silva
Nutricionista
CRN 36077


Bruna Gampietro
Nutricionista
CRN 28489

Maternal - 1ª Quinzena

Intolerante a Lactose e Alérgico a Proteína do Leite da Vaca (APLV)

Dia da Semana	Desjejum 07h30	Hidratação 09h00	Almoço - 09h50	Hidratação 09h50	Lanche da tarde 13h30	Hidratação 13h50	Jantar 14h50	Hidratação 14h50	Ceia 17h30
1 SEMANA									
segunda-feira, 4 de dezembro de 2023	Leite de soja com Margarina vegetal	Água - 100ml	Arroz/Feijão/Ovos Mexidos/Abóbora Refogada/Fruta	Água - 100ml	Bebida de soja com Biscoito Maisena	Água - 100ml	Sopa de macarrão com legumes e carne/Fruta	Água - 100ml	Mingau de Aveia com bebida de soja
terça-feira, 5 de dezembro de 2023	Leite de soja com Margarina vegetal	Água - 100ml	Arroz/Feijão/Frango Refogado/Salada de Pepino c/ Tomate/Fruta	Água - 100ml	Chá com Bolo de beterraba sem leite	Água - 100ml	Sopa de fubá, couve e carne moída/Fruta	Água - 100ml	Banana com Aveia
quarta-feira, 6 de dezembro de 2023	Leite de soja com Margarina vegetal	Água - 100ml	Arroz/Feijão/Iscas de Carne/Beterraba Cozida/Fruta	Água - 100ml	Mingau de aveia c/ leite de soja	Água - 100ml	Sopa de Lentilha Legumes e frango/Fruta	Água - 100ml	Vitamina de frutas com bebida de soja
quinta-feira, 7 de dezembro de 2023	Leite de soja com Margarina vegetal	Água - 100ml	Arroz/ Feijão/Frango com Cenoura/ Salada de Alface com tomate/Fruta	Água - 100ml	Banana com Aveia	Água - 100ml	Sopa de feijão branco, legumes e carne/Fruta	Água - 100ml	Chá com Pão frances c/ margarina vegetal
sexta-feira, 8 de dezembro de 2023	Leite de soja com Margarina vegetal	Água - 100ml	Arroz/ Feijão/Carne Moída/Polenta /Escarola Refogada/Fruta	Água - 100ml	Chá com Biscoito de arroz	Água - 100ml	Canja/Fruta	Água - 100ml	Leite de soja/Biscoito cream cracker s/ lactose e s/ ptn
2 SEMANA									
segunda-feira, 11 de dezembro de 2023	Leite de soja com Margarina vegetal	Água - 100ml	Arroz/Feijão/Omelete com Espinafre/Salada de Cenoura Ralada/Fruta	Água - 100ml	Banana com Aveia	Água - 100ml	Sopa de Macarrão, legumes e frango/Fruta	Água - 100ml	Leite de soja com Biscoito Maisena s/ lactose e s/ ptn
terça-feira, 12 de dezembro de 2023	Leite de soja com Margarina vegetal	Água - 100ml	Arroz/Feijão/Escondidinho de Frango/salada de Beterraba cozida/fruta	Água - 100ml	Leite de soja/Biscoito cream cracker s/ lactose e s/ ptn	Água - 100ml	Sopa de Ervilha, legumes e carne/Fruta	Água - 100ml	Mingau de Aveia com bebida de soja
quarta-feira, 13 de dezembro de 2023	Leite de soja/Biscoito cream cracker s/ lactose e s/ ptn	Água - 100ml	Arroz/Feijão/Carne Moída c/ Cenoura/ Salada de Pepino/Fruta	Água - 100ml	Chá com mini pão com creme vegetal	Água - 100ml	Sopa Creme de Abóbora com frango/Fruta	Água - 100ml	Danone de Inhame com manga
quinta-feira, 14 de dezembro de 2023	Leite de soja com Margarina vegetal	Água - 100ml	Arroz/Feijão/Frango c/ Brócolis/ Salada de Acelga c/ Tomate/Fruta	Água - 100ml	Salada de Frutas	Água - 100ml	Sopa caldo verde (batata, couve e carne moída)/Fruta	Água - 100ml	Chá c/ biscoito cream cracker s/ lactose s/ ptn
sexta-feira, 15 de dezembro de 2023	Leite de soja com Margarina vegetal	Água - 100ml	Arroz/Macarrão à Bolonhesa/Salada de Repolho c/ Tomate/Fruta	Água - 100ml	Chá com Torta de Frango com bebida de soja	Água - 100ml	Sopa de Macarrão, legumes e Frango/Fruta	Água - 100ml	Vitamina de Frutas c/ leite de arroz

NOTA: PODERÁ TER ALTERAÇÕES EM RELAÇÃO AOS PRODUTOS HORTIFRUTIGRANJEIROS DEVIDO A SAZONALIDADE, PROCESSO DE AMADURECIMENTO E/ OU DETERIORAÇÃO;

Cardapio elaborado por Bruna Gampietro - Nutricionista CRN 3-28489 e Núbia Alves Silva CRN: 36077


Nubia Alves Silva
Nutricionista
CRN 36077


Bruna Gampietro
Nutricionista
CRN 28489

Maternal - 2º e 3º Fase - 1ª Quinzena

Dia da Semana	Desjejum 07h30	Hidratação 09h00	Almoço - 09h50	Hidratação 09h50	Lanche da tarde 13h30	Hidratação 13h50
1 SEMANA						
segunda-feira, 4 de dezembro de 2023	Leite puro/ Pão com Manteiga	Água - 100ml	Arroz/Feijão/Ovos Mexidos com abobrinha ralada/Fruta	Água - 100ml	Chá com Biscoito cream Cracker	Água - 100ml
terça-feira, 5 de dezembro de 2023	Leite puro/ Pão com Manteiga	Água - 100ml	Arroz/Feijão/Frango Refogado/Salada de Pepino c/ Tomate/Fruta	Água - 100ml	Chá com Bolo de beterraba	Água - 100ml
quarta-feira, 6 de dezembro de 2023	Leite puro/ Pão com Manteiga	Água - 100ml	Arroz/Feijão/Carne cozida/Beterraba Cozida/Fruta	Água - 100ml	Mingau de Aveia sem Açúcar	Água - 100ml
quinta-feira, 7 de dezembro de 2023	Leite puro/ Pão com Manteiga	Água - 100ml	Arroz/ Feijão/Frango com abóbora/ Salada de Acelga com tomate/Fruta	Água - 100ml	Banana com Aveia	Água - 100ml
sexta-feira, 8 de dezembro de 2023	Leite puro/ Pão com Manteiga	Água - 100ml	Arroz/ Feijão/Carne Moída/Polenta /Escarola Refogada/Fruta	Água - 100ml	Chá com Biscoito Polvilho	Água - 100ml
2 SEMANA						
segunda-feira, 11 de dezembro de 2023	Leite puro/ Pão com Manteiga	Água - 100ml	Arroz/Feijão/Omelete com Espinafre/Salada de Cenoura Ralada/Fruta	Água - 100ml	Banana com Aveia	Água - 100ml
terça-feira, 12 de dezembro de 2023	Leite puro/ Pão com Manteiga	Água - 100ml	Arroz/Feijão/Escondidinho de Frango/salada de Beterraba cozida/fruta	Água - 100ml	Chá com Biscoito Cream Cracker	Água - 100ml
quarta-feira, 13 de dezembro de 2023	Leite puro/ Biscoito Cream Cracker	Água - 100ml	Arroz/Feijão/Carne Moída c/ legumes Salada de Pepino/Fruta	Água - 100ml	Chá Mini Pão com Requeijão	Água - 100ml
quinta-feira, 14 de dezembro de 2023	Leite puro/ Pão com Manteiga	Água - 100ml	Arroz/Feijão/Frango c/ Brócolis/ Salada de Acelga c/ Tomate/Fruta	Água - 100ml	Salada de Frutas	Água - 100ml
sexta-feira, 15 de dezembro de 2023	Leite puro/ Pão com Manteiga	Água - 100ml	Arroz/Macarrão à Bolonhesa/Salada de Repolho c/ Tomate/Fruta	Água - 100ml	Chá com Torta de Frango	Água - 100ml

NOTA: PODERÁ TER ALTERAÇÕES EM RELAÇÃO AOS PRODUTOS HORTIFRUTIGRANJEIROS DEVIDO A SAZONALIDADE, PROCESSO DE AMADURECIMENTO E


Cardapio elaborado por Bruna Gampietro - Nutricionista CRN 3-28489 e Núbia Alves Silva CRN: 36077

Maternal - 2º e 3º Fase - 2ª Quinzena

Dia da Semana	Desjejum 07h30	Hidratação 09h00	Almoço - 09h50	Hidratação 09h50	Lanche da tarde 13h30	Hidratação 13h50	Jantar 14h50	Hidratação 14h50	Ceia 17h30
3 SEMANA									
segunda-feira, 18 de dezembro de 2023	Leite puro/ Pão com Manteiga	Água - 100ml	Arroz/Feijão/Ovos Mexidos com Espinafre/Salada de Repolho c/ Tomate/Fruta	Água - 100ml	Banana com Aveia	Água - 100ml	Sopa de macarrão, legumes e carne/Fruta	Água - 100ml	Leite com Biscoito Cream Cracker
terça-feira, 19 de dezembro de 2023	Leite puro/ Biscoito Cream Cracker	Água - 100ml	Arroz/ Feijão/Frango c/ Legumes/Beterraba Cozida/Fruta	Água - 100ml	Chá/ mini pão francês com requeijão	Água - 100ml	Sopa de Grão de Bico, Chuchu, Abóbora e carne/Fruta	Água - 100ml	Leite Puro/Biscoito Maisena
quarta-feira, 20 de dezembro de 2023	Leite puro/ Pão com Requeijão	Água - 100ml	Arroz/ Feijão/Carne Moída c/ legumes/Salada de Alface c/ Tomate/Fruta	Água - 100ml	Chá com Bolo de banana s/ açúcar	Água - 100ml	Canja/Fruta	Água - 100ml	Creme de Abacate com banana
quinta-feira, 21 de dezembro de 2023	Leite puro/ Pão com Manteiga	Água - 100ml	Arroz/ Feijão/Frango c/ Abobrinha/ Salada de Repolho com tomate/Fruta	Água - 100ml	Chá com Pão de Queijo	Água - 100ml	Sopa Creme de Legumes com carne/Fruta	Água - 100ml	Vitamina de frutas
sexta-feira, 22 de dezembro de 2023	Leite puro/ Pão com Manteiga	Água - 100ml	Arroz/ Feijão/Carne desfiada c/ legumes /Escarola Refogada/Fruta	Água - 100ml	Mingau de Aveia sem Açúcar	Água - 100ml	Sopa de feijão branco, legumes e carne/Fruta	Água - 100ml	Chá/Biscoito Polvilho
4 SEMANA									
FERIADO NATAL									
terça-feira, 26 de dezembro de 2023	Leite puro/ Pão com Manteiga	Água - 100ml	Arroz/Feijão/Strogonoff de frango (feito c/ Inhamo) Batata de forno/Fruta	Água - 100ml	Chá com Biscoito Polvilho	Água - 100ml	Sopa de lentilha, legumes, macarrão e carne moída/Fruta	Água - 100ml	Danone de Inhamo com Manga
quarta-feira, 27 de dezembro de 2023	Leite puro/ Pão com Manteiga	Água - 100ml	Arroz/Feijão/Carne Panela/Chuchu Refogado/Fruta	Água - 100ml	Chá com bolo de fubá	Água - 100ml	Sopa de Fubá com Couve e Carne Moída/Fruta	Água - 100ml	Salada de Frutas
quinta-feira, 28 de dezembro de 2023	Leite puro/ Biscoito Cream Cracker	Água - 100ml	Arroz/Feijão/ Frango c/ abóbora/Salada de pepino c/ tomate/Fruta	Água - 100ml	Leite PURO e pão com requeijão	Água - 100ml	Sopa de macarrão, legumes e carne/Fruta	Água - 100ml	Chá com Biscoito Polvilho
sexta-feira, 29 de dezembro de 2023	Leite puro/ Pão com Manteiga	Água - 100ml	Arroz/Macarrão à Bolonhesa/Salada de Acelga c/ Tomate/Fruta	Água - 100ml	Vitamina de Frutas	Água - 100ml	Sopa de Ervilha Legumes, macarrão e frango/Fruta	Água - 100ml	Chá com Pão de Queijo

NOTA: PODERÁ TER ALTERAÇÕES EM RELAÇÃO AOS PRODUTOS HORTIFRUTIGRANJEIROS DEVIDO A SAZONALIDADE, PROCESSO DE AMADURECIMENTO E/ OU DETERIORAÇÃO;

Cardápio elaborado por Bruna Gampietro - Nutricionista CRN 3-28489 e Núbia Alves Silva CRN: 36077


Núbia Alves Silva
Nutricionista
CRN 36077


Bruna Gampietro
Nutricionista
CRN 3-28489

Maternal - 2ª Quinzena

Intolerante a Lactose e Alérgico a Proteína do Leite da Vaca (APLV)

Dia da Semana	Desjejum 07h30	Hidratação 09h00	Almoço - 09h50	Hidratação 09h50	Lanche da tarde 13h30	Hidratação 13h50	Jantar 14h50	Hidratação 14h50	Ceia 17h30
3 SEMANA									
segunda-feira, 18 de dezembro de 2023	Leite de soja com Margarina vegetal	Água - 100ml	Arroz/Feijão/Ovos Mexidos com Espinafre/Salada de Repolho c/ Tomate/Fruta	Água - 100ml	Banana com Aveia	Água - 100ml	Sopa de macarrão, legumes e carne/Fruta	Água - 100ml	Leite de soja com Biscoito Maisena s/ lactose e s/ ptn
terça-feira, 19 de dezembro de 2023	Leite de soja com Margarina vegetal	Água - 100ml	Arroz/ Feijão/Frango c/ Legumes/Beterraba Cozida/Fruta	Água - 100ml	Chá com bolo de banana sem açúcar e s/ leite	Água - 100ml	Sopa de Grão de Bico, Chuchu, Abóbora e carne/Fruta	Água - 100ml	Creme de abacate com banana sem leite
quarta-feira, 20 de dezembro de 2023	Leite de soja com Margarina vegetal	Água - 100ml	Arroz/ Feijão/Carne Moída c/ legumes/Salada de Alface c/ Tomate/Fruta	Água - 100ml	Chá com Biscoito Maisena s/ lactose e s/ ptn	Água - 100ml	Canja/Fruta	Água - 100ml	Vitamina de Frutas c/ leite de soja/
quinta-feira, 21 de dezembro de 2023	Leite de soja/ Pão com Margarina vegetal	Água - 100ml	Arroz/ Feijão/Frango c/ Abobrinha/ Salada de Repolho com tomate/Fruta	Água - 100ml	Chá com Biscoito cream cracker s/ lactose e s/ ptn	Água - 100ml	Sopa Creme de Legumes com carne/Fruta	Água - 100ml	Banana com Aveia
sexta-feira, 22 de dezembro de 2023	Leite de soja/ Pão com Margarina vegetal	Água - 100ml	Arroz/ Feijão/Carne desfiada c/ legumes /Escarola Refogada/Fruta	Água - 100ml	Mingau de aveia c/ leite de soja	Água - 100ml	Sopa de feijão branco, legumes e carne/Fruta	Água - 100ml	Chá c/ biscoito cream cracker s/ lactose e s/ ptn
4 SEMANA									
FERIADO NATAL									
terça-feira, 26 de dezembro de 2023	Leite de soja com Margarina vegetal	Água - 100ml	Arroz/Feijão/ Frango c/ legumes/Salada de Beterraba Ralada/Fruta	Água - 100ml	Chá com Biscoito Polvilho (não possui leite)	Água - 100ml	Sopa de lentilha, legumes e carne moída/Fruta	Água - 100ml	Leite de soja/Biscoito cream cracker s/ lactose e s/ ptn
quarta-feira, 27 de dezembro de 2023	Leite de soja com Margarina vegetal	Água - 100ml	Arroz/Feijão/Carne Panela/Chuchu Refogado/Fruta	Água - 100ml	Chá com bolo de fubá sem leite	Água - 100ml	Sopa de Fubá com Couve e Carne Moída/Fruta	Água - 100ml	Salada de fruta
quinta-feira, 28 de dezembro de 2023	Leite de soja com Margarina vegetal	Água - 100ml	Arroz/Feijão/ Frango c/ abóbora/Salada de pepino c/ tomate/Fruta	Água - 100ml	Leite de soja/Biscoito cream cracker s/ lactose e s/ ptn	Água - 100ml	Sopa de macarrão, legumes e carne/Fruta	Água - 100ml	Chá com Biscoito de arroz
sexta-feira, 29 de dezembro de 2023	Leite de soja com Margarina vegetal	Água - 100ml	Arroz/Feijão/Macarrão à Bolonhesa/Salada de Acelga c/ Tomate/Fruta	Água - 100ml	Vitamina de frutas com leite de soja	Água - 100ml	Sopa de Ervilha Legumes e frango/Fruta	Água - 100ml	Chá com Pão frances c/ margarina vegetal

NOTA: PODERÁ TER ALTERAÇÕES EM RELAÇÃO AOS PRODUTOS HORTIFRUTIGRANJEIROS DEVIDO A SAZONALIDADE, PROCESSO DE AMADURECIMENTO E/ OU DETERIORAÇÃO;

Cardapio elaborado por Bruna Gampietro - Nutricionista CRN 3-28489 e Núbia Alves Silva CRN: 36077


Núbia Alves Silva
Nutricionista
CRN 36077


Bruna Gampietro
Nutricionista
CRN 3-28489