



CARDÁPIO MARÇO/2023

0 a 5 meses e 29 dias

Dia da Semana / Horário	08H00	10h00	12H00	13h30	15H00	17h30 *
Segunda	Fórmula Infantil 1 - 120ml pronto OU Leite Materno	Fórmula Infantil 1 - 120ml pronto OU Leite Materno	Fórmula Infantil 1 - 120ml pronto OU Leite Materno	Fórmula Infantil 1 - 120ml pronto OU Leite Materno	Fórmula Infantil 1 - 120ml pronto OU Leite Materno	Fórmula Infantil 1 - 120ml pronto OU Leite Materno
Terça	Fórmula Infantil 1 - 120ml pronto OU Leite Materno	Fórmula Infantil 1 - 120ml pronto OU Leite Materno	Fórmula Infantil 1 - 120ml pronto OU Leite Materno	Fórmula Infantil 1 - 120ml pronto OU Leite Materno	Fórmula Infantil 1 - 120ml pronto OU Leite Materno	Fórmula Infantil 1 - 120ml pronto OU Leite Materno
Quarta	Fórmula Infantil 1 - 120ml pronto OU Leite Materno	Fórmula Infantil 1 - 120ml pronto OU Leite Materno	Fórmula Infantil 1 - 120ml pronto OU Leite Materno	Fórmula Infantil 1 - 120ml pronto OU Leite Materno	Fórmula Infantil 1 - 120ml pronto OU Leite Materno	Fórmula Infantil 1 - 120ml pronto OU Leite Materno
Quinta	Fórmula Infantil 1 - 120ml pronto OU Leite Materno	Fórmula Infantil 1 - 120ml pronto OU Leite Materno	Fórmula Infantil 1 - 120ml pronto OU Leite Materno	Fórmula Infantil 1 - 120ml pronto OU Leite Materno	Fórmula Infantil 1 - 120ml pronto OU Leite Materno	Fórmula Infantil 1 - 120ml pronto OU Leite Materno
Sexta	Fórmula Infantil 1 - 120ml pronto OU Leite Materno	Fórmula Infantil 1 - 120ml pronto OU Leite Materno	Fórmula Infantil 1 - 120ml pronto OU Leite Materno	Fórmula Infantil 1 - 120ml pronto OU Leite Materno	Fórmula Infantil 1 - 120ml pronto OU Leite Materno	Fórmula Infantil 1 - 120ml pronto OU Leite Materno
Segunda	Fórmula Infantil 1 - 120ml pronto OU Leite Materno	Fórmula Infantil 1 - 120ml pronto OU Leite Materno	Fórmula Infantil 1 - 120ml pronto OU Leite Materno	Fórmula Infantil 1 - 120ml pronto OU Leite Materno	Fórmula Infantil 1 - 120ml pronto OU Leite Materno	Fórmula Infantil 1 - 120ml pronto OU Leite Materno
Terça	Fórmula Infantil 1 - 120ml pronto OU Leite Materno	Fórmula Infantil 1 - 120ml pronto OU Leite Materno	Fórmula Infantil 1 - 120ml pronto OU Leite Materno	Fórmula Infantil 1 - 120ml pronto OU Leite Materno	Fórmula Infantil 1 - 120ml pronto OU Leite Materno	Fórmula Infantil 1 - 120ml pronto OU Leite Materno
Quarta	Fórmula Infantil 1 - 120ml pronto OU Leite Materno	Fórmula Infantil 1 - 120ml pronto OU Leite Materno	Fórmula Infantil 1 - 120ml pronto OU Leite Materno	Fórmula Infantil 1 - 120ml pronto OU Leite Materno	Fórmula Infantil 1 - 120ml pronto OU Leite Materno	Fórmula Infantil 1 - 120ml pronto OU Leite Materno
Quinta	Fórmula Infantil 1 - 120ml pronto OU Leite Materno	Fórmula Infantil 1 - 120ml pronto OU Leite Materno	Fórmula Infantil 1 - 120ml pronto OU Leite Materno	Fórmula Infantil 1 - 120ml pronto OU Leite Materno	Fórmula Infantil 1 - 120ml pronto OU Leite Materno	Fórmula Infantil 1 - 120ml pronto OU Leite Materno
Sexta	Fórmula Infantil 1 - 120ml pronto OU Leite Materno	Fórmula Infantil 1 - 120ml pronto OU Leite Materno	Fórmula Infantil 1 - 120ml pronto OU Leite Materno	Fórmula Infantil 1 - 120ml pronto OU Leite Materno	Fórmula Infantil 1 - 120ml pronto OU Leite Materno	Fórmula Infantil 1 - 120ml pronto OU Leite Materno

OBS.: Não ofertar nenhum alimento ou água entre e após as refeições. Utilizar 5 medidas rasas de fórmula láctea de partida 1 para confecção das mamadeiras.

** PARA AS CRIANÇAS QUE PERMANECEM ATE AS 19H00

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.


Bruna Gampietro
Nutricionista
CRN3:28489


Nubia Alves Silva
Nutricionista
CRN 36077

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

6 meses - Segunda semana

Dia / Horário	08h00	10h00	10h00	12h00	13h30	15h00	15h00	17h30
Segunda	Fórmula Infantil 2 - 150ml ou leite Materno	Maçã cozida (1/2 unidade)	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 150ml ou leite Materno	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 150ml ou leite Materno	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 150ml ou leite Materno
Terça	Fórmula Infantil 2 - 150ml ou leite Materno	Pera raspadinha (1/2 unidade)	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 150ml ou leite Materno	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 150ml ou leite Materno	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 150ml ou leite Materno
Quarta	Fórmula Infantil 2 - 150ml ou leite Materno	Banana amassadinha (1 unidade)	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 150ml ou leite Materno	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 150ml ou leite Materno	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 150ml ou leite Materno
Quinta	Fórmula Infantil 2 - 150ml ou leite Materno	Mamão amassadinha (1 unidade)	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 150ml ou leite Materno	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 150ml ou leite Materno	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 150ml ou leite Materno
Sexta	Fórmula Infantil 2 - 150ml ou leite Materno	Manga batidinha (1 fatia p)	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 150ml ou leite Materno	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 150ml ou leite Materno	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 150ml ou leite Materno
Segunda	Fórmula Infantil 2 - 150ml ou leite Materno	Melão batidinho (1 fatia p)	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 150ml ou leite Materno	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 150ml ou leite Materno	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 150ml ou leite Materno
Terça	Fórmula Infantil 2 - 150ml ou leite Materno	Maçã raspadinha (1/2 unidade)	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 150ml ou leite Materno	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 150ml ou leite Materno	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 150ml ou leite Materno
Quarta	Fórmula Infantil 2 - 150ml ou leite Materno	Pera raspadinha (1/2 unidade)	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 150ml ou leite Materno	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 150ml ou leite Materno	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 150ml ou leite Materno
Quinta	Fórmula Infantil 2 - 150ml ou leite Materno	Banana amassadinha (1 unidade)	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 150ml ou leite Materno	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 150ml ou leite Materno	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 150ml ou leite Materno
Sexta	Fórmula Infantil 2 - 150ml ou leite Materno	Manga batidinha (1 fatia p)	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 150ml ou leite Materno	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 150ml ou leite Materno	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 150ml ou leite Materno

Recomendações:

Utilizar 5 medidas rasas de fórmula de seguimento 2 para confecção das mamadeiras;

Servir de 100ml de água entre as refeições na mamadeira.

Não servir para o berçário, chá, café, café c/ leite, embutidos, frituras e guloseimas - seguir o cardápio.

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.


Nubia Alves Silva
Nutricionista
CRN 36077


Bruna Gampietro
Nutricionista
CRN3:28489

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

6 meses - Terceira Semana

Dia / Horário	08h00	09h00	10h00	10h40	12h00	13h30	15h00	15h00	17h30
Segunda	Fórmula Infantil 2 - 150ml ou Leite materno	Água - 100ml	Papa de carne, batata, cenoura, chuchu (100 gramas- 1 concha/Laranja Lima (1/2 unidade)	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 150ml ou Leite materno	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 150ml ou Leite materno	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 150ml ou Leite materno
Terça	Fórmula Infantil 2 - 150ml ou Leite Materno	Água - 100ml	Papa de abobora, feijão carioca, frango, cara e arroz (100 gramas) 1 concha/ Manga amassadinha (1 fatia)	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 150ml ou Leite Materno	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 150ml ou Leite Materno	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 150ml ou Leite Materno
Quarta	Fórmula Infantil 2 - 150ml ou Leite materno	Água - 100ml	Papa de fubá com carne e couve (100 gramas) 1 concha/ Maça Raspadinha (1/2 unidade)	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 150ml ou Leite materno	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 150ml ou Leite materno	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 150ml ou Leite materno
Quinta	Fórmula Infantil 2 - 150ml ou Leite Materno	Água - 100ml	papa de ervilha, frango, batata, cenoura e macarrão (100 gramas) 1 concha/ Mamao Amassadinho (1 fatia)	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 150ml ou Leite Materno	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 150ml ou Leite Materno	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 150ml ou Leite Materno
Sexta	Fórmula Infantil 2 - 150ml ou Leite materno	Água - 100ml	Papa de inhame, beterraba, feijão e carne 100 gramas) 1 concha/Suco de goiaba (100ml)	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 150ml ou Leite materno	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 150ml ou Leite materno	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 - 150ml ou Leite materno

Recomendações:

Utilizar 5 medidas rasas de fórmula láctea de seguimento 2 para confecção das mamadeiras;

Não Liquidificar as papinhas, AMASSAR os legumes com o garfo, NÃO peneirar. AMASSAR MUITO BEM antes de servir e Cada alimento separado (não é pra misturar)

Os legumes deverão ser muito bem cozidos e as carnes deverão ser cozidas separadamente, em seguida desfiadas e depois cortadas;

Adicionar 2 gotas de limão no momento de servir;

As papas devem ser feitas com ingredientes naturais (alho, cebola, óleo, nunca ingredientes industrializados) - SEM ADICIONAR SAL;

Respeitar as quantidades informadas acima;

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

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

Bruna Gampietro
Nutricionista
CRN:28489

Nubia Alves Silva
Nutricionista
CRN 36077

7 a 12 meses - 1ª Quinzena

Dia / Horário	08h00	09h00	10h00	10h40	12h00	13h30	15h00	15h30	17h15
01/03 Quarta feira	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno	Água - 100ml	Sopa de macarrão, abobora, batata, brocolis e carne (200 gramas - 2 conchas) - Pera raspadinha (1/2 unidade)	Água - 100ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno	Arroz, frango, beterraba, brocolis e cenoura (200 gramas 2 conchas) - mamão amassadinho (1 fatia p)	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno
02/03 Quinta feira	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno	Água - 100ml	Sopa de batata, chuchu, cenoura, frango, feijão branco (2 conchas cheias) maça 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 pedaço)	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno
03/03 Sexta feira	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno	Água - 100ml	Sopa de mandioca, abobrinha, lentilha, arroz e carne / 2 conchas cheias/ 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) maça raspadinha (1/2 unidade)	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno
06/03 Segunda feira	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno	Água - 100ml	Sopa de inhame, cenoura e chuchu com frango, feijão e macarrão /2 conchas cheias/ pera 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
07/03 Terça feira	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno	Água - 100ml	Sopa de Mandioca, beterraba, abobrinha, ervilha e gema de ovo/ 2 conchas cheias/ 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
08/03 Quarta feira	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno	Água - 100ml	Sopa de espinafre, Batata, cenoura, carne e caldo de feijão (2 conchas cheias) banana (1/2 unidade)	Água - 100ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno	Sopa de peixe, arroz, abóbora, cará e couve-flor (2 conchas cheias - 200gr) / manga amassadinha (1 fatia)	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno
09/03 Quinta feira	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno	Água - 100ml	Sopa de macarrão, abobora, batata, brocolis e carne (200 gramas - 2 conchas) - Pera raspadinha (1/2 unidade)	Água - 100ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno	Arroz, frango, beterraba, brocolis e cenoura (200 gramas 2 conchas) - mamão amassadinho (1 fatia p)	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno
10/03 Sexta feira	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno	Água - 100ml	Sopa de frango, arroz, abóbora, mandioca e quiabo (2 conchas cheias - 200gr) / banana amassadinha (1 unidade)	Água - 100ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno	Papinha de carne, macarrão, cenoura, batata doce e tomate (2 conchas cheias - 200gr) / melão amassadinho (1 fatia)	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno
13/03 Segunda feira	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno	Água - 100ml	Sopa de carne moída, feijão, macarrão, cenoura, batata e abobrinha (2 conchas cheias - 200gr) / abacate amassadinho (1 fatia)	Água - 100ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno	Sopa de arroz, abóbora, inhame e vagem (2 conchas cheias - 200gr) / melancia amassadinha (1 fatia)	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno
14/03 Terça feira	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno	Água - 100ml	Sopa de batata, chuchu, cenoura, frango, feijão branco (2 conchas cheias) maça 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 pedaço)	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno
15/03 Quarta feira	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno	Água - 100ml	Sopa de macarrão, abobora, batata, brocolis e carne (200 gramas - 2 conchas) - Pera raspadinha (1/2 unidade)	Água - 100ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno	Arroz, frango, beterraba, brocolis e cenoura (200 gramas 2 conchas) - mamão amassadinho (1 fatia p)	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno
16/03 Quinta feira	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno	Água - 100ml	Sopa de carne moída, feijão, macarrão, cenoura, batata e abobrinha (2 conchas cheias - 200gr) / abacate amassadinho (1 fatia)	Água - 100ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno	Sopa de arroz, abóbora, inhame e vagem (2 conchas cheias - 200gr) / melancia amassadinha (1 fatia)	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno
17/03 Sexta feira	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno	Água - 100ml	Sopa de macarrão, abobora, batata, brocolis e carne (200 gramas - 2 conchas) - Pera raspadinha (1/2 unidade)	Água - 100ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno	Arroz, frango, beterraba, brocolis e cenoura (200 gramas 2 conchas) - mamão amassadinho (1 fatia p)	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno

Recomendações:

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;

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 adireção e/ou Nutricionista da Maternal para maiores informações.

Bruna Gampietro
Nutricionista
CRN 28489

Nubia Alves Silva
Nutricionista
CRN 36077

7 a 12 meses - 2ª Quinzena

Dia / Horário	08h00	09h00	10h00	10h40	12h30	13h30	14h30	15h00	15h30	17h15
20/03 Segunda feira	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno	Água - 100ml	Sopa de feijão preto, macarrão, cenoura, batata doce e couve (2 conchas cheias - 200gr) / abacate (1 fatia)	Água - 100ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno	Água - 100ml	Sopa de arroz, abóbora, batata doce e ervilha torta (2 conchas cheias - 200gr) / banana (1 unidade)	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno
21/03 Terça feira	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno	Água - 100ml	Sopa de batata, chuchu, cenoura, frango, feijao branco (2 conchas cheias amassada) maça (1/2 unidade)	Água - 100ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno	Água - 100ml	Sopa de arroz, abóbora, batata doce e beterraba (2 conchas cheias - 200gr) / manga amassadinha (1 fatia)	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno
22/03 Quarta feira	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno	Água - 100ml	Inhame, cenoura, abobrinha, repollo e carne moída (2 conchas cheias) / Melão (1 fatia)	Água - 100ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno	Água - 100ml	Ovo, arroz, cenoura e vagem (2 conchas cheias - 200gr) / melancia amassadinha (1 fatia)	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno
23/03 Quinta feira	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno	Água - 100ml	Arroz, feijão, beterraba e ovo (2 conchas cheias) / mamão (1 fatia)	Água - 100ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno	Água - 100ml	fuba, cenoura, couve, tomate e carne (2 conchas cheias - 200gr) / melão amassadinho (1 fatia)	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno
24/03 Sexta feira	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno	Água - 100ml	Mandioquinha, feijão, abobrinha, espinafre e carne moída (2 conchas cheias - Melancia (1 fatia P)	Água - 100ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno	Água - 100ml	escarola, cenoura, mandioca e frango (2 conchas cheias - 200gr) / banana amassadinha (1 unidade)	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno
27/03 Segunda feira	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno	Água - 100ml	Sopa de feijão, macarrão, cenoura, batata e abobrinha (2 conchas cheias - 200gr) / mamão (1 fatia)	Água - 100ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno	Água - 100ml	Sopa de abóbora, cará, carne e abobrinha (2 conchas cheias - 200gr) / mamão amassadinho (1 fatia)	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno
28/03 Terça feira	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno	Água - 100ml	Sopa de carne, feijão preto, arroz, abóbora, cará e couve-flor (2 conchas cheias - 200gr) / manga (1 fatia)	Água - 100ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno	Água - 100ml	Sopa de frango, macarrão, cenoura, inhame e couve-flor (2 conchas cheias - 200gr) / banana amassadinha (1 unidade)	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno
29/03 Quarta feira	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno	Água - 100ml	Sopa de feijão, ovo, macarrão, cenoura, cará e abobrinha (2 conchas cheias - 200gr) / maçã raspadinha (1/2 unidade)	Água - 100ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno	Água - 100ml	Sopa de batata, abobora, brocolis, frango, caldo de feijao branco (2 conchas cheias amassada) manga amassadinha (1 fatia)	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno
30/03 Quinta feira	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno	Água - 100ml	Sopa de feijão preto, macarrão, cenoura, batata doce e couve (2 conchas cheias - 200gr) / abacate (1 fatia)	Água - 100ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno	Água - 100ml	Sopa de arroz, abóbora, batata doce e ervilha torta (2 conchas cheias - 200gr) / banana (1 unidade)	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno
31/03 Sexta feira	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno	Água - 100ml	Sopa de batata, chuchu, cenoura, frango, feijao branco (2 conchas cheias amassada) maça raspadinha (1/2 unidade)	Água - 100ml	Água - 100ml	Fórmula Infantil 2 ou Leite Materno	Água - 100ml	Sopa de arroz, abóbora, batata doce e beterraba (2 conchas cheias - 200gr) / manga amassadinha (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 bem a papinha no início (purê consistente) 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 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;

As crianças que entrarem as 13h30 ofertar a mamadeira com formula Infantil;

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

Bruna Gampietro
Nutricionista
CRN3:28489

Nubia Alves Silva
Nutricionista
CRN 36077

Maternal - 1ª Quinzena - 1º Fase

Dia da Semana	Desjejum 07h30	Hidratação 09h00	Almoço - 09h50	Hidratação 09h50	Lanche da tarde 13h30	Hidratação 13h50	Jantar 14h50	Hidratação 14h50	Ceia 17h30
quarta-feira, 1 de março de 2023	Leite puro/ Pão com Manteiga	Água - 100ml	Arroz/Feijão/Carne desfiada c/ Legumes /Abóbora Refogada/ Fruta	Água - 100ml	Chá com Biscoito Maisena	Água - 100ml	Sopa de fubá com couve e carne moída/fruta	Água - 100ml	Salada de fruta
quinta-feira, 2 de março de 2023	Leite puro/ Pão com Manteiga	Água - 100ml	Arroz/Feijão/Frango c/ abobora/Salada de Pepino c/ Tomate/Fruta	Água - 100ml	Leite puro/Biscoito cream cracker	Água - 100ml	Sopa de legumes c/ macarrão e carne/fruta	Água - 100ml	Chá com Biscoito Polvilho
sexta-feira, 3 de março de 2023	Leite puro/ Pão com Manteiga	Água - 100ml	Arroz/Feijão/Macarrão à Bolonhesa/Salada de Alface c/ tomate/Fruta	Água - 100ml	Chá com Pão de Queijo	Água - 100ml	Sopa de Lentilha, legumes e frango/Fruta	Água - 100ml	Leite com flocos de milho
segunda-feira, 6 de março de 2023	Leite puro/ Pão com Manteiga	Água - 100ml	Arroz/Feijão/Omelete com Espinafre/Abóbora Refogada/Fruta	Água - 100ml	Chá com Pão de Queijo	Água - 100ml	Sopa canja/Fruta	Água - 100ml	Vitamina de Frutas/
terça-feira, 7 de março de 2023	Leite puro/ Pão com Manteiga	Água - 100ml	Arroz/ Feijão /Fricasse de frango/Salada de alface c/ tomate/ Fruta	Água - 100ml	Banana com Aveia	Água - 100ml	Creme de Abóbora com frango/Fruta	Água - 100ml	Leite puro/Biscoito cream cracker
quarta-feira, 8 de março de 2023	Leite puro/ Pão com Manteiga	Água - 100ml	Arroz/Feijão/Carne desfiada c/ Legumes /Abóbora Refogada/ Fruta	Água - 100ml	Chá com Biscoito Maisena	Água - 100ml	Sopa de fubá com couve e carne moída/fruta	Água - 100ml	Salada de fruta
quinta-feira, 9 de março de 2023	Leite puro/ Pão com Manteiga	Água - 100ml	Arroz/Feijão/Frango c/ abobora/Salada de Pepino c/ Tomate/Fruta	Água - 100ml	Leite puro/Biscoito cream cracker	Água - 100ml	Sopa de legumes c/ macarrão/fruta	Água - 100ml	Chá com Biscoito Polvilho
sexta-feira, 10 de março de 2023	Leite puro/ Pão com Manteiga	Água - 100ml	Arroz/Feijão/Macarrão à Bolonhesa/Salada de Acelga c/ tomate/Fruta	Água - 100ml	Chá com bolo de banana sem açúcar	Água - 100ml	Sopa de Lentilha, legumes e frango/Fruta	Água - 100ml	Leite com flocos de milho
3 SEMANA									
segunda-feira, 13 de março de 2023	Leite puro/ Pão com Manteiga	Água - 100ml	Arroz/Feijão/Ovo cozido/salada de Batata c/ cenoura cozida/Fruta	Água - 100ml	Leite Puro/Rosquinha de chocolate	Água - 100ml	Sopa de macarrão, legumes e carne/fruta	Água - 100ml	Chá erva cidreira/Biscoito cream cracker
terça-feira, 14 de março de 2023	Leite puro/ Pão com Manteiga	Água - 100ml	Arroz/Feijão/Frango c/ brócolis/Salada de cenoura ralada/Fruta	Água - 100ml	Chá /Bolo de chocolate 50% cacau	Água - 100ml	Sopa canja/Fruta	Água - 100ml	Banana com Aveia
quarta-feira, 15 de março de 2023	Leite puro/ Pão com Manteiga	Água - 100ml	Arroz/Feijão/Rocambolo de carne/Beterraba cozida/fruta	Água - 100ml	Danone de Inhamo com manga	Água - 100ml	Sopa de lentilha, legumes e carne/Fruta	Água - 100ml	Leite c/ Flocos de Milho sem açúcar

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

Bruna Gampietro
Nutricionista
CRN: 28489

Núbia Alves Silva
Nutricionista
CRN 36077

Maternal - 2ª Quinzena - 1º Fase

Dia da Semana	Desjejum 07h30	Hidratação 09h00	Almoço - 09h50	Hidratação 09h50	Lanche da tarde 13h30	Hidratação 13h50	Jantar 14h50	Hidratação 14h50	Ceia 17h30
quinta-feira, 16 de março de 2023	Leite puro/ Pão com Manteiga	Água - 100ml	Arroz/Feijão/Frango c/ cenoura/Chuchu Refogado/Fruta	Água - 100ml	Vitamina de Frutas	Água - 100ml	Sopa de grão de bico, macarrão e frango/Fruta	Água - 100ml	Chá com Pão frances c/ requeijão
sexta-feira, 17 de março de 2023	Leite puro/ Pão com Manteiga	Água - 100ml	Arroz/Feijão/Polenta ao molho de carne moida Escarola Refogada/Fruta	Água - 100ml	Chá com Biscoito Polvilho	Água - 100ml	Creme de Abóbora com carne moida/Fruta	Água - 100ml	Leite Puro/Biscoito cream cracker
4 SEMANA									
segunda-feira, 20 de março de 2023	Leite puro/ Pão com Manteiga	Água - 100ml	Arroz/Feijão/Omelete de forno c/ abobrinha/ Salada de Escarola c/ tomate/Fruta	Água - 100ml	Chá /Biscoito cream cracker	Água - 100ml	Canja/Fruta	Água - 100ml	Leite Puro com Biscoito Maisena
terça-feira, 21 de março de 2023	Leite puro/ Pão com Manteiga	Água - 100ml	Arroz c/ cenoura/Feijão/Frango c/ abobrinha/Salada de alface c/ tomate/Fruta	Água - 100ml	Vitamina de Frutas	Água - 100ml	Sopa de mandioca com carne e couve /fruta	Água - 100ml	Chá com Biscoito Polvilho
quarta-feira, 22 de março de 2023	Leite puro/ Pão com Manteiga	Água - 100ml	Arroz Integral/Feijão/Carne Moida c/ cenoura/Salada de pepino c/ tomate/Fruta	Água - 100ml	Chá com Torta de legumes	Água - 100ml	Sopa Creme de Abóbora c/ frango/Fruta	Água - 100ml	Chá camomila/Biscoito cream cracker
quinta-feira, 23 de março de 2023	Leite puro/ Pão com Manteiga	Água - 100ml	Arroz/Feijão/Frango com brócolis/Salada de acelga c/ tomate/Fruta	Água - 100ml	Banana com Aveia	Água - 100ml	Sopa de lentilha, legumes e carne/Fruta	Água - 100ml	Leite c/ sucrilhos sem açúcar
sexta-feira, 24 de março de 2023	Leite puro/ Pão com Manteiga	Água - 100ml	Arroz/Feijão/Escondidinho de carne desfiada/Salada de Repolho c/ tomate/Fruta	Água - 100ml	Leite puro/Biscoito cream cracker	Água - 100ml	Sopa de fubá com carne e couve/Fruta	Água - 100ml	Vitamina de Frutas
5 SEMANA									
segunda-feira, 27 de março de 2023	Leite puro/ Pão com Manteiga	Água - 100ml	Arroz /Feijão/Ovo Mexidos/Salada repolho c/ tomate /Fruta	Água - 100ml	Chá com Pão de Queijo	Água - 100ml	Sopa de legumes c/ macarrão/fruta	Água - 100ml	Leite com sucrilhos s/ açúcar
terça-feira, 28 de março de 2023	Leite puro/ Pão com Manteiga	Água - 100ml	Arroz/ feijão/strogonoff de frango/salada de alface c/ tomate /Fruta	Água - 100ml	Banana com Aveia	Água - 100ml	Canja/Fruta	Água - 100ml	Chá c/ biscoito cream cracker
quarta-feira, 29 de março de 2023	Leite puro/ Pão com Manteiga	Água - 100ml	Arroz/Feijão/Carne moida c/ legumes/salada de Beterraba cozida/Fruta	Água - 100ml	Chá com Biscoito Maisena	Água - 100ml	Sopa creme de legumes com carne/fruta	Água - 100ml	Vitamina de Frutas/
quinta-feira, 30 de março de 2023	Leite puro/ Pão com Manteiga	Água - 100ml	Arroz /Feijão/Frango c/ abobrinha refogada/Salada repolho c/ tomate /Fruta	Água - 100ml	Chá com Biscoito cream cracker	Água - 100ml	Sopa creme de legumes com carne/fruta	Água - 100ml	Leite com sucrilhos s/ açúcar
sexta-feira, 31 de março de 2023	Leite puro/ Pão com Manteiga	Água - 100ml	Arroz/ feijão/Carne desfiada com legumes/salada de alface c/ tomate /Fruta	Água - 100ml	Mingau de aveia	Água - 100ml	Sopa de feijão, macarrão e legumes/Fruta	Água - 100ml	Chá c/ biscoito cream cracker

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


Bruna Gampietro
Nutricionista
CRN: 28489


Núbia Alves Silva
Nutricionista
CRN 36077

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
quarta-feira, 1 de março de 2023	Leite de soja/Pão com margarina vegetal	Água - 100ml	Arroz/Feijão/Carne desfiada c/ Legumes /Abóbora Refogada/ Fruta	Água - 100ml	Chá com Biscoito Maisena s/leite	Água - 100ml	Sopa de fubá com couve e carne moída/fruta	Água - 100ml	Salada de fruta
quinta-feira, 2 de março de 2023	Leite de soja/Pão com margarina vegetal	Água - 100ml	Arroz/Feijão/Frango c/ abobora/Salada de Pepino c/ Tomate/Fruta	Água - 100ml	Leite de soja/Biscoito cream cracker s/ leite	Água - 100ml	Sopa de legumes c/ macarrão e carne/fruta	Água - 100ml	Chá com Pão frances c/ margarina vegetal
sexta-feira, 3 de março de 2023	Leite de soja/Pão com margarina vegetal	Água - 100ml	Arroz/Feijão/Macarrão à Bolonhesa/Salada de Alface c/ tomate/Fruta	Água - 100ml	Chá com Pão c/ margarina vegetal	Água - 100ml	Sopa de Lentilha, legumes e frango/Fruta	Água - 100ml	Leite de soja c/ flocos de milho
segunda-feira, 6 de março de 2023	Leite de soja/Pão com margarina vegetal	Água - 100ml	Arroz/Feijão/Omelete com Espinafre/Abóbora Refogada/Fruta	Água - 100ml	Chá com Biscoito de arroz	Água - 100ml	Sopa canja/Fruta	Água - 100ml	Vitamina de Frutas c/ leite vegetal
terça-feira, 7 de março de 2023	Leite de soja/Pão com margarina vegetal	Água - 100ml	Arroz/ Feijão /Fricasse de frango/Salada de alface c/ tomate/ Fruta	Água - 100ml	Banana com Aveia	Água - 100ml	Creme de Abóbora com frango/Fruta	Água - 100ml	Leite vegetal/Biscoito cream cracker s/ leite
quarta-feira, 8 de março de 2023	Leite de soja/Pão com margarina vegetal	Água - 100ml	Arroz/Feijão/Carne desfiada c/ Legumes /Abóbora Refogada/ Fruta	Água - 100ml	Chá com Biscoito Maisena s/ leite	Água - 100ml	Sopa de fubá com couve e carne moída/fruta	Água - 100ml	Salada de fruta
quinta-feira, 9 de março de 2023	Leite de soja/Pão com margarina vegetal	Água - 100ml	Arroz/Feijão/Frango c/ abobora/Salada de Pepino c/ Tomate/Fruta	Água - 100ml	Leite de soja/Biscoito cream cracker s/ leite	Água - 100ml	Sopa de legumes c/ macarrão/fruta	Água - 100ml	Chá com Biscoito de arroz
sexta-feira, 10 de março de 2023	Leite de soja/Pão com margarina vegetal	Água - 100ml	Arroz/Feijão/Macarrão à Bolonhesa/Salada de Acelga c/ tomate/Fruta	Água - 100ml	Chá com bolo de banana sem açúcar e s/ leite	Água - 100ml	Sopa de Lentilha, legumes e frango/Fruta	Água - 100ml	Leite vegetal c/ flocos de milho
3 SEMANA									
segunda-feira, 13 de março de 2023	Leite de soja/Pão com margarina vegetal	Água - 100ml	Arroz/Feijão/Ovo cozido/salada de Batata c/ cenoura cozida/Fruta	Água - 100ml	Leite de soja/Biscoito de arroz	Água - 100ml	Sopa de macarrão, legumes e carne/fruta	Água - 100ml	Chá erva cidreira/Biscoito cream cracker s/ leite
terça-feira, 14 de março de 2023	Leite de soja/Pão com margarina vegetal	Água - 100ml	Arroz/Feijão/Frango c/ brócolis/Salada de cenoura ralada/Fruta	Água - 100ml	Chá /Bolo de chocolate 50% cacau s/ leite	Água - 100ml	Sopa canja/Fruta	Água - 100ml	Banana com Aveia
quarta-feira, 15 de março de 2023	Leite de soja/Pão com margarina vegetal	Água - 100ml	Arroz/Feijão/Rocambolê de carne/Beterraba cozida/fruta	Água - 100ml	Danone de Inhamê com manga	Água - 100ml	Sopa de lentilha, legumes e carne/Fruta	Água - 100ml	Leite de soja c/ Flocos de Milho sem açúcar

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 - 2º e 3º Fase

Dia da Semana	Desjejum 07h30	Hidratação 09h00	Almoço - 09h50	Hidratação 09h50	Lanche da tarde 13h30	Hidratação 13h50	Jantar 14h50	Hidratação 14h50	Ceia 17h30
quarta-feira, 1 de março de 2023	Leite puro/ Pão com Manteiga	Água - 100ml	Arroz/Feijão/Carne desfiada c/ Legumes /Abóbora Refogada/ Fruta	Água - 100ml	Chá com Biscoito Maisena	Água - 100ml	Sopa de fubá com couve e carne moída/fruta	Água - 100ml	Salada de fruta
quinta-feira, 2 de março de 2023	Leite puro/ Pão com Manteiga	Água - 100ml	Arroz/Feijão/Frango c/ abobora/Salada de Pepino c/ Tomate/Fruta	Água - 100ml	Leite puro/Biscoito cream cracker	Água - 100ml	Sopa de legumes c/ macarrão e carne/fruta	Água - 100ml	Chá com Biscoito Polvilho
sexta-feira, 3 de março de 2023	Leite puro/ Pão com Manteiga	Água - 100ml	Arroz/Feijão/Macarrão à Bolonhesa/Salada de Alface c/ tomate/Fruta	Água - 100ml	Chá com Pão de Queijo	Água - 100ml	Sopa de Lentilha, legumes e frango/Fruta	Água - 100ml	Leite com flocos de milho
segunda-feira, 6 de março de 2023	Leite puro/ Pão com Manteiga	Água - 100ml	Arroz/Feijão/Omelete com Espinafre/Abóbora Refogada/Fruta	Água - 100ml	Chá com Pão de Queijo	Água - 100ml	Sopa canja/Fruta	Água - 100ml	Vitamina de Frutas/
terça-feira, 7 de março de 2023	Leite puro/ Pão com Manteiga	Água - 100ml	Arroz/ Feijão /Fricasse de frango/Salada de alface c/ tomate/ Fruta	Água - 100ml	Banana com Aveia	Água - 100ml	Creme de Abóbora com frango/Fruta	Água - 100ml	Leite puro/Biscoito cream cracker
quarta-feira, 8 de março de 2023	Leite puro/ Pão com Manteiga	Água - 100ml	Arroz/Feijão/Carne desfiada c/ Legumes /Abóbora Refogada/ Fruta	Água - 100ml	Chá com Biscoito Maisena	Água - 100ml	Sopa de fubá com couve e carne moída/fruta	Água - 100ml	Salada de fruta
quinta-feira, 9 de março de 2023	Leite puro/ Pão com Manteiga	Água - 100ml	Arroz/Feijão/Frango c/ abobora/Salada de Pepino c/ Tomate/Fruta	Água - 100ml	Leite puro/Biscoito cream cracker	Água - 100ml	Sopa de legumes c/ macarrão/fruta	Água - 100ml	Chá com Biscoito Polvilho
sexta-feira, 10 de março de 2023	Leite puro/ Pão com Manteiga	Água - 100ml	Arroz/Feijão/Macarrão à Bolonhesa/Salada de Acelga c/ tomate/Fruta	Água - 100ml	Chá com bolo de banana sem açúcar	Água - 100ml	Sopa de Lentilha, legumes e frango/Fruta	Água - 100ml	Leite com flocos de milho
3 SEMANA									
segunda-feira, 13 de março de 2023	Leite puro/ Pão com Manteiga	Água - 100ml	Arroz/Feijão/Ovo cozido/salada de Batata c/ cenoura cozida/Fruta	Água - 100ml	Leite Puro/Rosquinha de chocolate	Água - 100ml	Sopa de macarrão, legumes e carne/fruta	Água - 100ml	Chá erva cidreira/Biscoito cream cracker
terça-feira, 14 de março de 2023	Leite puro/ Pão com Manteiga	Água - 100ml	Arroz/Feijão/Frango c/ brócolis/Salada de cenoura ralada/Fruta	Água - 100ml	Chá /Bolo de chocolate 50% cacau	Água - 100ml	Sopa canja/Fruta	Água - 100ml	Banana com Aveia
quarta-feira, 15 de março de 2023	Leite puro/ Pão com Manteiga	Água - 100ml	Arroz/Feijão/Rocambolo de carne/Beterraba cozida/fruta	Água - 100ml	Danone de Inhamé com manga	Água - 100ml	Sopa de lentilha, legumes e carne/Fruta	Água - 100ml	Leite c/ Flocos de Milho sem açúcar

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



 Bruna Gampietro

 Nutricionista

 CRN: 28489



 Núbia Alves Silva

 Nutricionista

 CRN 36077

Maternal - 2ª Quinzena - 2º e 3º Fase

Dia da Semana	Desjejum 07h30	Hidratação 09h00	Almoço - 09h50	Hidratação 09h50	Lanche da tarde 13h30	Hidratação 13h50	Jantar 14h50	Hidratação 14h50	Ceia 17h30
quinta-feira, 16 de março de 2023	Leite puro/ Pão com Manteiga	Água - 100ml	Arroz/Feijão/Frango c/ cenoura/Chuchu Refogado/Fruta	Água - 100ml	Vitamina de Frutas	Água - 100ml	Sopa de grão de bico, macarrão e frango/Fruta	Água - 100ml	Chá com Pão frances c/ requeijão
sexta-feira, 17 de março de 2023	Leite puro/ Pão com Manteiga	Água - 100ml	Arroz/Feijão/Polenta ao molho de carne moida Escarola Refogada/Fruta	Água - 100ml	Chá com Biscoito Polvilho	Água - 100ml	Crema de Abóbora com carne moida/Fruta	Água - 100ml	Leite Puro/Biscoito cream cracker
4 SEMANA									
segunda-feira, 20 de março de 2023	Leite puro/ Pão com Manteiga	Água - 100ml	Arroz/Feijão/Omelete de forno c/ abobrinha/ Salada de Escarola c/ tomate/Fruta	Água - 100ml	Chá /Biscoito cream cracker	Água - 100ml	Canja/Fruta	Água - 100ml	Leite Puro com Biscoito Maisena
terça-feira, 21 de março de 2023	Leite puro/ Pão com Manteiga	Água - 100ml	Arroz c/ cenoura/Feijão/Frango c/ abobrinha/Salada de alface c/ tomate/Fruta	Água - 100ml	Vitamina de Frutas	Água - 100ml	Sopa de mandioca com carne e couve /fruta	Água - 100ml	Chá com Biscoito Polvilho
quarta-feira, 22 de março de 2023	Leite puro/ Pão com Manteiga	Água - 100ml	Arroz Integral/Feijão/Carne Moida c/ cenoura/Salada de pepino c/ tomate/Fruta	Água - 100ml	Chá com Torta de legumes	Água - 100ml	Sopa Crema de Abóbora c/ frango/Fruta	Água - 100ml	Chá camomila/Biscoito cream cracker
quinta-feira, 23 de março de 2023	Leite puro/ Pão com Manteiga	Água - 100ml	Arroz/Feijão/Frango com brócolis/Salada de acelga c/ tomate/Fruta	Água - 100ml	Banana com Aveia	Água - 100ml	Sopa de lentilha, legumes e carne/Fruta	Água - 100ml	Leite c/ sucrilhos sem açúcar
sexta-feira, 24 de março de 2023	Leite puro/ Pão com Manteiga	Água - 100ml	Arroz/Feijão/Escondidinho de carne desfiada/Salada de Repolho c/ tomate/Fruta	Água - 100ml	Leite puro/Biscoito cream cracker	Água - 100ml	Sopa de fubá com carne e couve/Fruta	Água - 100ml	Vitamina de Frutas
5 SEMANA									
segunda-feira, 27 de março de 2023	Leite puro/ Pão com Manteiga	Água - 100ml	Arroz /Feijão/Ovoz Mexidos/Salada repolho c/ tomate /Fruta	Água - 100ml	Chá com Pão de Queijo	Água - 100ml	Sopa de legumes c/ macarrão/fruta	Água - 100ml	Leite com sucrilhos s/ açúcar
terça-feira, 28 de março de 2023	Leite puro/ Pão com Manteiga	Água - 100ml	Arroz/ feijão/stroganoff de frango/salada de alface c/ tomate /Fruta	Água - 100ml	Banana com Aveia	Água - 100ml	Canja/Fruta	Água - 100ml	Chá c/ biscoito cream cracker
quarta-feira, 29 de março de 2023	Leite puro/ Pão com Manteiga	Água - 100ml	Arroz/Feijão/Carne moida c/ legumes/salada de Beterraba cozida/Fruta	Água - 100ml	Chá com Biscoito Maisena	Água - 100ml	Sopa creme de legumes com carne/fruta	Água - 100ml	Vitamina de Frutas/
quinta-feira, 30 de março de 2023	Leite puro/ Pão com Manteiga	Água - 100ml	Arroz /Feijão/Frango c/ abobrinha refogada/Salada repolho c/ tomate /Fruta	Água - 100ml	Chá com Biscoito cream cracker	Água - 100ml	Sopa creme de legumes com carne/fruta	Água - 100ml	Leite com sucrilhos s/ açúcar
sexta-feira, 31 de março de 2023	Leite puro/ Pão com Manteiga	Água - 100ml	Arroz/ feijão/Carne desfiada com legumes/salada de alface c/ tomate /Fruta	Água - 100ml	Mingau de aveia	Água - 100ml	Sopa de feijão, macarrão e legumes/Fruta	Água - 100ml	Chá c/ biscoito cream cracker

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

BRUNA GAMPETRO
Nutricionista
CRN: 28489

Núbia Alves Silva
Nutricionista
CRN 36077

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
quinta-feira, 16 de março de 2023	Leite de soja/Pão com margarina vegetal	Água - 100ml	Arroz/Feijão/Frango c/ cenoura/Chuchu Refogado/Fruta	Água - 100ml	Vitamina de Frutas c/ leite vegetal	Água - 100ml	Sopa de grão de bico, macarrão e frango/Fruta	Água - 100ml	Chá com Pão frances c/ margarina vegetal
sexta-feira, 17 de março de 2023	Leite de soja/Pão com margarina vegetal	Água - 100ml	Arroz/Feijão/Polenta ao molho de carne moida Escarola Refogada/Fruta	Água - 100ml	Chá com Biscoito de arroz	Água - 100ml	Creme de Abóbora com carne moída/Fruta	Água - 100ml	Leite de de soja/Biscoito cream cracker s/ leite
4 SEMANA									
segunda-feira, 20 de março de 2023	Leite de soja/Pão com margarina vegetal	Água - 100ml	Arroz/Feijão/Omelete de forno c/ abobrinha/ Salada de Escarola c/ tomate/Fruta	Água - 100ml	Chá /Biscoito cream cracker s/ leite	Água - 100ml	Canja/Fruta	Água - 100ml	Leite vegetal com Biscoito Maisena s/ leite
terça-feira, 21 de março de 2023	Leite de soja/Pão com margarina vegetal	Água - 100ml	Arroz c/ cenoura/Feijão/Frango c/ abobrinha/Salada de alface c/ tomate/Fruta	Água - 100ml	Vitamina de Frutas c/ leite de aveia	Água - 100ml	Sopa de mandioca com carne e couve /fruta	Água - 100ml	Chá com Biscoito arroz
quarta-feira, 22 de março de 2023	Leite de soja/Pão com margarina vegetal	Água - 100ml	Arroz Integral/Feijão/Carne Moida c/ cenoura/Salada de pepino c/ tomate/Fruta	Água - 100ml	Chá com Torta de legumes s/ leite	Água - 100ml	Sopa Creme de Abóbora c/ frango/Fruta	Água - 100ml	Chá camomila/Biscoito cream cracker s/ leite
quinta-feira, 23 de março de 2023	Leite de soja/Pão com margarina vegetal	Água - 100ml	Arroz/Feijão/Frango com brócolis/Salada de acelga c/ tomate/Fruta	Água - 100ml	Banana com Aveia	Água - 100ml	Sopa de lentilha, legumes e carne/Fruta	Água - 100ml	Leite de soja c/ sucrilhos sem açúcar
sexta-feira, 24 de março de 2023	Leite de soja/Pão com margarina vegetal	Água - 100ml	Arroz/Feijão/Carne desfiada/Salada de Repolho c/ tomate/Fruta	Água - 100ml	Leite de soja/Biscoito cream cracker s/ lactose	Água - 100ml	Sopa de fubá com carne e couve/Fruta	Água - 100ml	Vitamina de Frutas c/ leite vegetal
5 SEMANA									
segunda-feira, 27 de março de 2023	Leite de soja/Pão com margarina vegetal	Água - 100ml	Arroz /Feijão/Ovo Mexidos/Salada repolho c/ tomate /Fruta	Água - 100ml	Chá com Biscoito de arroz	Água - 100ml	Sopa de legumes c/ macarrão/fruta	Água - 100ml	Leite de soja com sucrilhos s/ açúcar
terça-feira, 28 de março de 2023	Leite de soja/Pão com margarina vegetal	Água - 100ml	Arroz/ feijão/Frango refogado/salada de alface c/ tomate /Fruta	Água - 100ml	Banana com Aveia	Água - 100ml	Canja/Fruta	Água - 100ml	Chá c/ biscoito cream cracker s/ leite
quarta-feira, 29 de março de 2023	Leite de soja/Pão com margarina vegetal	Água - 100ml	Arroz/Feijão/Carne moida c/ legumes/salada de Beterraba cozida/Fruta	Água - 100ml	Chá com Biscoito Maisena s/ leite	Água - 100ml	Sopa creme de legumes com carne/fruta	Água - 100ml	Vitamina de Frutas c/ leite vegetal
quinta-feira, 30 de março de 2023	Leite de soja/Pão com margarina vegetal	Água - 100ml	Arroz /Feijão/Frango c/ abobrinha refogada/Salada repolho c/ tomate /Fruta	Água - 100ml	Chá com Biscoito cream cracker s/ lactose	Água - 100ml	Sopa creme de legumes com carne/fruta	Água - 100ml	Leite de soja com sucrilhos s/ açúcar
sexta-feira, 31 de março de 2023	Leite de soja/Pão com margarina vegetal	Água - 100ml	Arroz/ feijão/Carne desfiada com legumes/salada de alface c/ tomate /Fruta	Água - 100ml	Mingau de aveia vegetal	Água - 100ml	Sopa de feijão, macarrão e legumes/Fruta	Água - 100ml	Chá c/ biscoito cream cracker s/ leite

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