



CARDAPIO 2020/2021

Intolerância a lactose LANCHE - 6 MESES a 1 ANO E 11 MESES

	1º Semana	2º Semana	3º Semana	4º Semana	5º Semana
2ª feira	Mingau de aveia (Leite zero lactose)	Vitamina de mamão com laranja (Leite zero lactose)	Mingau de fubá (Leite zero lactose)	Vitamina de banana com mamão e aveia (Leite zero lactose)	Vitamina de mamão (Leite zero lactose)
3ª feira	Vitamina de maçã (Leite zero lactose)	Mingau de aveia (Leite zero lactose)	Vitamina de mamão com laranja (Leite zero lactose)	Vitamina de Abacate (Leite zero lactose)	Mingau de fubá (Leite zero lactose)
4ª feira	Vitamina de Abacate (Leite zero lactose)	Vitamina de banana com aveia (Leite zero lactose)	Vitamina de Abacate (Leite zero lactose)	Mingau de fubá (Leite zero lactose)	Vitamina de morango (Leite zero lactose)
5ª feira	Vitamina de mamão com aveia (Leite zero lactose)	Vitamina de maçã (Leite zero lactose)	Mingau de aveia (Leite zero lactose)	Vitamina de banana com pera (Leite zero lactose)	Vitamina de Pera e maçã (Leite zero lactose)
6ª feira	Vitamina de morango com banana (Leite zero lactose)	Vitamina de Abacate (Leite zero lactose)	Vitamina de Pera (Leite zero lactose)	Mingau de aveia (Leite zero lactose)	Vitamina de banana com aveia (Leite zero lactose)

Dailane de Carvalho Rocha - Responsável Técnico CRN 156161218
Ana Paula Correa de Moraes Costa - Quadro Técnico CRN 1118027
Biana Isaura V. de Matos - Quadro Técnico CRN 13100567
Leticia Ramalho Braga - Quadro Técnico CRN 19100565
Tamires de Oliveira e Souza - Quadro Técnico CRN 18100446

Leticia Ramalho Braga
Nutricionista
CRN: 19100565

Lucyssa Castro
Nutricionista
CRN 1011146

Brayna Jacques
Nutricionista
CRN: 413100567

Tamires de Oliveira
Nutricionista
CRN 4-1.8.100446

Deiane Rocha
Nutricionista
CRN: 153104218

CARDÁPIO 2020/2021 Intolerância a lactose JANTAR - 6 MESES a 1 ANO E 11 MESES

	1º Semana	2º Semana	3º Semana	4º Semana	5º Semana
2ª feira	<p>Feijão</p> <p>Sopa de abóbora e inhame carne desfiada (músculo)</p> <p>Sob.: Mamão amassado</p>	<p>Sopa de Legumes</p> <p>(Alpim, abóbora, cenoura, repolho, couve e massinha)</p> <p>Frango desfiado (File de Frango)</p> <p>Sob.: Maçã raspada</p>	<p>Caldo verde</p> <p>(Inhame, couve)</p> <p>Frango desfiado (File de Frango)</p> <p>Sob.: Suco de Laranja lima</p>	<p>Polenta</p> <p>Polenta com carne moída e agrião</p> <p>Sob.: Suco de Melão</p>	<p>Polenta</p> <p>Polenta com carne moída e couve</p> <p>Sob.: Suco de Melancia</p>
3ª feira	<p>Sopa de feijão</p> <p>(massinha, batata inglesa, cenoura)</p> <p>Frango desfiado (File de Frango)</p> <p>Sob.: Pera raspada</p>	<p>Caldo verde com batata e couve</p> <p>carne desfiada (músculo)</p> <p>Sob.: Suco de Laranja lima</p>	<p>Polenta com carne moída e agrião</p> <p>Sob.: Suco de Melancia</p>	<p>Sopa de legumes</p> <p>(batata inglesa, brocolis)</p> <p>carne desfiada (músculo)</p> <p>Sob.: Banana amassada</p>	<p>Caldo de alpim</p> <p>Carne moída</p> <p>Sob.: Mamão amassado</p>
4ª feira	<p>Caldo de Alpim</p> <p>(Alpim, couve picada)</p> <p>carne desfiada (pã picada)</p> <p>Sob.: Suco de Manga</p>	<p>Sopa de Inhame</p> <p>(inhame e couve)</p> <p>Frango desfiado (File de Frango)</p> <p>Sob.: Suco de Melão</p>	<p>Sopa de feijão</p> <p>(massinha, batata inglesa, cenoura, Frango desfiado (File de Frango)</p> <p>Sob.: Suco de Manga</p>	<p>Caldo verde</p> <p>(batata inglesa, brócolis)</p> <p>carne desfiada (músculo)</p> <p>Sob.: Maçã raspada</p>	<p>Sopa de ervilha</p> <p>(Batata, cenoura)</p> <p>Frango desfiado (File de Frango)</p> <p>Sob.: Banana amassada</p>
5ª feira	<p>Sopa de legumes</p> <p>(Batata doce, chuchu, cenoura, abóbora, inhame e couve picada)</p> <p>Frango desfiado (File de Frango)</p> <p>Sob.: Suco de Melão</p>	<p>Canjiquinha amarela</p> <p>Carne moída</p> <p>Sob.: Banana amassada</p>	<p>Sopa de inhame</p> <p>(inhame, cenoura)</p> <p>carne desfiada (músculo)</p> <p>Sob.: Pera raspada</p>	<p>Canjia</p> <p>(arroz, batata inglesa, cenoura, hortelã, frango desfiado)</p> <p>Frango desfiado (File de Frango)</p> <p>Sob.: Suco de Manga</p>	<p>Caldo verde com batata, couve picada</p> <p>Carne desfiada (Pã Picada)</p> <p>Sob.: Suco de Laranja lima</p>
6ª feira	<p>Polenta com e agrião</p> <p>carne moída</p> <p>Sob.: Maçã raspada</p>	<p>Caldo de abóbora</p> <p>(Espinagre e abóbora)</p> <p>Frango desfiado (File de Frango)</p> <p>Sob.: Suco de Manga</p>	<p>Canjia</p> <p>(arroz, batata inglesa, cenoura, hortelã, frango desfiado)</p> <p>Frango desfiado (File de Frango)</p> <p>Sob.: Mamão amassado</p>	<p>Canjiquinha amarela</p> <p>carne moída</p> <p>Sob.: Suco de Laranja lima</p>	<p>Sopa de legumes</p> <p>(Chuchu, cenoura, batata doce, cará, repolho e couve)</p> <p>Frango desfiado (File de Frango)</p> <p>Sob.: Suco de Melancia</p>

Diretoria de Cozinha/Refeições - Responsável Técnico: CRN 1569218
 Ana Paula Pereira de Moraes - CRN 1518027
 Bessia Helena V. de Medeiros - Oatmeal Técnico: CRN 1313597
 Leticia Frazão Braga - Oatmeal Técnico: CRN 1515055
 Tereza de Oliveira e Souza - Oatmeal Técnico: CRN 1510444

Leticia Romalho
 Nutricionista
 CRN: 1691005

Laryssa Castro
 Nutricionista
 CRN: 1691146

Brigitte Assis
 Nutricionista
 CRN: 15100551

Fabrice Oliveira
 Nutricionista
 CRN: 4.18100446

Dolores Rocha
 Nutricionista
 CRN: 15101298



CARDÁPIO 2020/2021 Intolerância a lactose DESJEJUM - 6 MESES a 1 ANO E 11 MESES (FÓRMULA)

	1º Semana	2º Semana	3º Semana	4º Semana	5º Semana
2ª feira	Vitamina de banana Com Fórmula Sem Lactose (Específico para idade)	Vitamina de banana com aveia Com Fórmula Sem Lactose (Específico para idade)	Vitamina de mamão Com Fórmula Sem Lactose (Específico para idade)	Vitamina de abacate Com Fórmula Sem Lactose (Específico para idade)	Vitamina de banana com aveia Com Fórmula Sem Lactose (Específico para idade)
3ª feira	Vitamina de abacate Com Fórmula Sem Lactose (Específico para idade)	Vitamina de maçã Com Fórmula Sem Lactose (Específico para idade)	Vitamina de banana Com Fórmula Sem Lactose (Específico para idade)	Vitamina de maçã Com Fórmula Sem Lactose (Específico para idade)	Vitamina de Pera Com Fórmula Sem Lactose (Específico para idade)
4ª feira	Vitamina de mamão Com Fórmula Sem Lactose (Específico para idade)	Vitamina abacate Com Fórmula Sem Lactose (Específico para idade)	Vitamina de maçã Com Fórmula Sem Lactose (Específico para idade)	Vitamina de morango Com Fórmula Sem Lactose (Específico para idade)	Vitamina abacate Com Fórmula Sem Lactose (Específico para idade)
5ª feira	Vitamina de abacate Com Fórmula Sem Lactose (Específico para idade)	Vitamina de mamão com banana Com Fórmula Sem Lactose (Específico para idade)	Vitamina de abacate Com Fórmula Sem Lactose (Específico para idade)	Vitamina de maçã Com Fórmula Sem Lactose (Específico para idade)	Vitamina de mamão Com Fórmula Sem Lactose (Específico para idade)
6ª feira	Vitamina de maçã com laranja Com Fórmula Sem Lactose (Específico para idade)	Vitamina de morango Com Fórmula Sem Lactose (Específico para idade)	Vitamina de maçã Com Fórmula Sem Lactose (Específico para idade)	Vitamina de banana com aveia Com Fórmula Sem Lactose (Específico para idade)	Vitamina de maçã Com Fórmula Sem Lactose (Específico para idade)

Responsável Técnica:

Dalaine do Cavalho Rocha - CRN:15101718

Quando Técnica:

Bruna Faturar dos Santos Vazquez de Mattos - CRN:13100567

Laryssa Cristina Fernandes Filho do Castro - CRN: 20101146

Letícia Ramalho Braga - CRN: 19100565

Tamires de Oliveira e Souza - CRN: 18100746

Carryssa Castro
Nutricionista
CRN 20101146

Deborah Brito
Nutricionista
CRN 20101146

Bruna Vasques
Nutricionista
CRN:15230567

Letícia Ramalho Braga
Nutricionista
CRN: 19100565



CARDÁPIO 2020/2021 Intolerância a lactose COLAÇÃO - 6 MESES a 1 ANO E 11 MESES (FÓRMULA)

	1º Semana	2º Semana	3º Semana	4º Semana	5º Semana
2ª feira	Maçã raspada	Pera raspada	Maçã raspada	Pera raspada	Maçã raspada
3ª feira	Banana amassada com aveia	Mamão amassado	Pera raspada	Mamão amassado	Banana amassada
4ª feira	Pera raspada	Maçã raspada	Banana amassada	Banana amassada com aveia	Pera raspada
5ª feira	Banana amassada	Pera raspada	Mamão amassado	Pera raspada	Banana amassada
6ª feira	Mamão amassado	Maçã raspada	Banana amassada	Maçã raspada	Mamão amassado

Responsável Técnica
 Daniele de Carvalho Rocha - CRN: 15101218
 Quêdeto Tâcnico
 Driana Batista dos Santos Vasques de Matos - CRN: 13100567
 Luayssa Claudina Formigoni Filho de Castro - CRN: 20101146
 Letícia Ramalho Braga - CRN: 19100565
 Inocência do Oliveira e Souza - CRN: 18100446

Castro
 Nutricionista
 CRN: 20101146

BRUNO RIBEIRO
 Nutricionista
 CRN: 13100567

BRUNO VASQUES
 Nutricionista
 CRN: 13100567

Letícia Ramalho Braga
 Nutricionista
 CRN: 19100565



CARDÁPIO 2020/2021 Intolerância a lactose ALMOÇO - 6 MESES a 1 ANO E 11 MESES (FÓRMULA)

	1º Semana	2º Semana	3º Semana	4º Semana	5º Semana
2ª feira	Caldo de feijão Arroz (papa) Purê de batata inglesa (Com Formula Sem Lactose e sem margarina) Cenoura cozida e amassada Couve picada e refogada Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Suco de Melão	Caldo de feijão Arroz (papa) Abobrinha refogada e amassada Beterraba cozida e amassada Inhame cozido e amassado Carne moída ao molho de tomate Sob.: Suco de Melancia	Caldo de feijão Arroz (papa) Abóbora cozida e amassada Couve picada e refogada Cará cozido e amassado Carne desfiada (Músculo) Sob.: Pera raspada	Caldo de feijão Arroz (papa) Batata baroa cozida e amassada Chuchu cozido e amassado Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Maçã raspada	Caldo de feijão Arroz (papa) Batata baroa cozida e amassada Abóbora cozida e amassada Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Maçã raspada
3ª feira	Beterraba cozida e amassada Espinafre refogado e picado Inhame cozido e amassado Carne desfiada (Pá picada) Sob.: Suco de Laranja Lima	Brocolis cozido e picado Batata baroa cozida e amassada Chuchu cozido e amassado Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Suco de Manga	Batata doce cozida e amassada Chuchu cozido e amassado Almeirão picado e refogado Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Maçã raspada	Cenoura cozida e amassada Beterraba cozida e amassada Chuchu cozido e amassado Almeirão picado e refogado Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Maçã raspada	Batata baroa cozida e amassada Abóbora cozida e amassada Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Maçã raspada
4ª feira	Abóbora cozida e amassada Almeirão cozido e refogado Cará cozido e amassado Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Banana amassada com avela	Cenoura cozida e amassada Espinafre refogado e picado Batata doce cozida e amassada Carne desfiada (Músculo) Sob.: Pera raspada	Abóbora cozida e amassada Beterraba cozida e cozida Alpim cozido e amassado Carne desfiada (Pá picada) Sob.: Suco de Melão	Beterraba cozida e amassada Almeirão picado e refogado Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Maçã raspada	Massinha ao molho tomate Chuchu cozido e amassado Abobrinha refogada e amassada Almeirão picado e refogado Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Maçã raspada
5ª feira	Alpim cozido e amassado Brocolis cozido e picado Abobrinha refogada e amassada Carne desfiada (Músculo) Sob.: Maçã raspada	Chuchu cozido e amassado Beterraba cozida e refogada Alpim cozido e amassado Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Suco de Melão	Abobrinha cozida e amassada Brocolis cozido e picado Inhame cozido e amassado Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Banana amassada	Caldo de feijão Arroz (papa) Espinafre cozido e amassado Batata doce cozida e amassada Chuchu cozido e amassado Carne moída ao molho de tomate Sob.: Suco de Laranja Lima	Caldo de feijão Arroz (papa) Cenoura cozida e amassada Espinafre cozido e amassado Alpim cozido e amassado Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Suco de Melancia
6ª feira	Caldo de feijão Arroz (papa) Espinafre refogado e picado Cenoura cozida e amassada Batata baroa cozida e amassada Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Pera raspada	Massinha ao molho tomate Beterraba cozida e amassada Brocolis cozido e picado Abobrinha refogada e amassada Carne desfiada (Pá picada) Sob.: Banana amassada com avela	Caldo de feijão Arroz (papa) Espinafre cozido e refogado Batata doce cozida e amassada Chuchu cozido e amassado Carne moída ao molho de tomate Sob.: Suco de Laranja Lima	Caldo de feijão Arroz (papa) Cenoura cozida e amassada Espinafre cozido e amassado Alpim cozido e amassado Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Suco de Melancia	Caldo de feijão Arroz (papa) Espinafre cozido e refogado Chuchu cozido e amassado Batata doce cozida e amassada Carne desfiada (músculo) Sob.: Suco de Laranja Lima

Obs: As proteínas (Carne e Frango) devem ser temperadas com alho e cebola. Após amassar os legumes acrescentar um fio de azeite.

Respostável Técnica
 Daniela do Carvalho Rocha - CRN: 15101218
 Grazielle Tachibana
 Bruna Farias dos Santos Vasques da Mota - CRN: 13100567
 Larissa Cristina Fernandes Filho do Castro - CRN: 201011746
 Luciana Ramalho Braga - CRN: 19100565
 Tamiara de Oliveira e Souza - CRN: 18100446

Laryssa Castro
 Nutricionista
 CRN 201011746

Diana Rocha
 Nutricionista
 CRN 201011746

Bruna Vasques
 Nutricionista
 CRN: 13100567

Letícia Ramalho Braga
 Nutricionista
 CRN: 19100565



CARDÁPIO 2020/2021

Intolerância a lactose LANCHE - 6 MESES a 1 ANO E 11 MESES (FÓRMULA)

	1º Semana	2º Semana	3º Semana	4º Semana	5º Semana
2ª feira	Vitamina de Abacate Com Fórmula Sem Lactose (Específico para idade)	Vitamina de mamão com laranja Com Fórmula Sem Lactose (Específico para idade)	Vitamina de banana Com Fórmula Sem Lactose (Específico para idade)	Vitamina de banana com mamão e aveia Com Fórmula Sem Lactose (Específico para idade)	Vitamina de mamão Com Fórmula Sem Lactose (Específico para idade)
3ª feira	Vitamina de maçã Com Fórmula Sem Lactose (Específico para idade)	Vitamina de Pera Com Fórmula Sem Lactose (Específico para idade)	Vitamina de mamão com laranja Com Fórmula Sem Lactose (Específico para idade)	Vitamina de abacate Com Fórmula Sem Lactose (Específico para idade)	Vitamina de abacate Com Fórmula Sem Lactose (Específico para idade)
4ª feira	Vitamina de Abacate Com Fórmula Sem Lactose (Específico para idade)	Vitamina de banana com aveia Com Fórmula Sem Lactose (Específico para idade)	Vitamina de Abacate Com Fórmula Sem Lactose (Específico para idade)	Vitamina de Pera Com Fórmula Sem Lactose (Específico para idade)	Vitamina de morango Com Fórmula Sem Lactose (Específico para idade)
5ª feira	Vitamina de mamão com aveia Com Fórmula Sem Lactose (Específico para idade)	Vitamina de maçã Com Fórmula Sem Lactose (Específico para idade)	Vitamina de maçã com aveia Com Fórmula Sem Lactose (Específico para idade)	Vitamina de banana com pera Com Fórmula Sem Lactose (Específico para idade)	Vitamina de Pera e maçã Com Fórmula Sem Lactose (Específico para idade)
6ª feira	Vitamina de morango com banana Com Fórmula Sem Lactose (Específico para idade)	Vitamina de Abacate Com Fórmula Sem Lactose (Específico para idade)	Vitamina de Pera Com Fórmula Sem Lactose (Específico para idade)	Vitamina de abacate Com Fórmula Sem Lactose (Específico para idade)	Vitamina de banana com aveia Com Fórmula Sem Lactose (Específico para idade)

Esportes/Atletismo
 Brinquedo de Corcovado Riohita - CRM:13101718
 Danças Folclóricas
 Brinquedo de S. Santos - Vovozinho de Mamão - CRM:13100597
 Lutas Artes Marciais - Formandinho Filho de Castro - CRM: 20101146
 Lutas Artes Marciais - Formandinho Filho de Castro - CRM: 20101146
 Lutas Artes Marciais - Formandinho Filho de Castro - CRM: 20101146
 Lutas Artes Marciais - Formandinho Filho de Castro - CRM: 20101146

LARYSSA CASTRO
 Nutricionista
 CRN 20101146

Dalcy Regina
 Nutricionista
 CRN 20101146

GRITZY BRUNO
 Nutricionista
 CRM:413400567

Letícia Ramalho Braga
 Nutricionista
 CRN: 19100565

CARDAPIÓ 2020/2021 Intolerância a lactose JANITAR - 6 MESES a 1 ANO E 11 MESES (FORMULA)

1º Semana	2º Semana	3º Semana	4º Semana	5º Semana
Sopa de feijão Sopa de abóbora e inhame carne desfiada (músculo) Sob.: Manteiga amassada	Sopa de Legumes (Alpim, abóbora, cenoura, repolho, couve e massinha) Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Maçã raspada	Caldo verde com batata e couve Polenta com carne moída e egrito Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Suco de Laranja Lima	Sopa de legumes Polenta couve picada carne desfiada (carne moída) Sob.: Suco de Melão	Sopa de inhame (Couve e inhame) Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Suco de Manga
Caldo de Alpim (Alpim, couve picada) carne desfiada (Pá picada) Sob.: Pera raspada	Sopa de inhame (Inhame e couve) Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Suco de Manga	Sopa de feijão (massinha, batata inglesa, cenoura, beterraba) Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Suco de Manga	Caldo verde (batata inglesa, brócolis) carne desfiada (músculo) Sob.: Banana amassada	Sopa de ervilha (Batata, cenoura) Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Banana amassada
Sopa de legumes (Batata doce, chuchu, cenoura abóbora, inhame e couve picada) Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Suco de Melão	Canjiquinha amarela Carne moída Sob.: Banana amassada	Sopa de inhame (Inhame, cenoura) carne desfiada (músculo) Sob.: Pera raspada	Canja (arroz, batata inglesa, cenoura, hortelã, frango desfiado) Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Suco de Laranja Lima	Caldo verde com batata, couve picada Carne desfiada (Pá Picada) Sob.: Banana amassada
Polenta com e agridão carne moída Sob.: Maçã raspada	Caldo de abóbora (Espinafre e abóbora) Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Suco de Manga	Canja (arroz, batata inglesa, cenoura) hortelã, frango desfiado Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Manteiga amassada	Canjiquinha amarela carne moída Sob.: Suco de Laranja Lima	Sopa de legumes (Chuchu, cenoura, batata doce, cará, repolho e couve) Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Suco de Melancia

Responsável Técnica

Dalane de Carvalho Rocha - CRN:15101218

Quêntro Técnica

Bruna Isaura dos Santos Vasques de Matos - CRN:13100567

Laryssa Cristina Fernandes Filho de Castro - CRN: 20101146

Letícia Ramalho Braga - CRN :19100565

Tamires de Oliveira e Souza - CRN :18100446

Laryssa Castro
 Nutricionista
 CRN 20101146

Dalane Rocha
 Nutricionista
 CRN: 15101218

Bruna Vasques de Matos
 Nutricionista
 CRN: 13100567

Letícia Ramalho Braga
 Nutricionista
 CRN: 19100565



CARDÁPIO 2020/2021

INTOLERÂNCIA A LACTOSE

DESJEJUM - EDUCAÇÃO INFANTIL

	1º Semana	2º Semana	3º Semana	4º Semana	5º Semana
2ª feira	Mingau de maisena (Leite Zero Lactose)	Biscoito água e sal (sem lactose) Vitamina de banana (Leite Zero Lactose)	Biscoito maria (sem lactose) Leite caramelizado (Leite Zero Lactose)	Mingau de chocolate (Leite Zero Lactose)	Biscoito água e sal (sem lactose) Vitamina de mamão (Leite Zero Lactose)
3ª feira	Biscoito cream-cracker (sem lactose) Vitamina de mamão com aveia (Leite Zero Lactose)	Biscoito rosquinha (leite) (sem lactose) Café com leite (Leite Zero Lactose)	Biscoito água e sal (sem lactose) Vitamina de abacate (Leite Zero Lactose)	Biscoito cream-cracker (sem lactose) Vitamina de maçã (Leite Zero Lactose)	Mingau de maisena (Leite Zero Lactose)
4ª feira	Biscoito rosquinha (leite) (sem lactose) Café com leite (Leite Zero Lactose)	Biscoito água e sal (sem lactose) Leite com baunilha (Leite Zero Lactose)	Biscoito rosquinha (leite) (sem lactose) Café com leite (Leite Zero Lactose)	Biscoito maisena (sem lactose) Achocolatado sem lactose (Leite Zero Lactose)	Biscoito maria (sem lactose) Café com leite (Leite Zero Lactose)
5ª feira	Biscoito água e sal (sem lactose) Vitamina de abacate (Leite Zero Lactose)	Biscoito cream-cracker (sem lactose) Vitamina de maçã (Leite Zero Lactose)	Mingau de cremogema (Leite Zero Lactose)	Biscoito maria (sem lactose) Vitamina de banana com aveia (Leite Zero Lactose)	Biscoito maisena (sem lactose) Leite caramelizado (Leite Zero Lactose)
6ª feira	Biscoito maria (sem lactose) Leite com baunilha (Leite Zero Lactose)	Mingau de aveia (Leite Zero Lactose)	Biscoito cream-cracker (sem lactose) Vitamina de mamão (Leite Zero Lactose)	Biscoito rosquinha (chocolate) (sem lactose) Leite caramelizado (Leite Zero Lactose)	Biscoito cream-cracker (sem lactose) Vitamina de abacate (Leite Zero Lactose)

Leticia Ramalho Braga
Nutricionista
CRN: 191.00565

Maryssa Castro
Nutricionista
CRN 20101146

Grinyas Vasques
Nutricionista
CRN-413100567

Tamires Oliveira
Nutricionista
CRN 413181100446

Maryssa Castro
Nutricionista
CRN 20101146

Carla Fogaça
Nutricionista
CRN 413181100446



CARDÁPIO 2020/2021 INTOLERÂNCIA A LACTOSE ALMOÇO - EDUCAÇÃO INFANTIL - Fevereiro/ Setembro/ Outubro/ Novembro/ Dezembro

	1º Semana	2º Semana	3º Semana	4ª Semana	5º Semana
2ª feira	<p>Ovos mexidos (cebola e orégano) Farofa de Cenoura (Sem margarina) Baterraba com cheiro verde Sob.: Melão</p>	<p>Jardineira de legumes com carne moída (vagem e cenoura) Sob.: Maçã</p>	<p>Macarrão ao molho de tomate Ovo Cozido Duque de Abóbora e chuchu Sob.: Pera</p>	<p>Ovos mexidos (cebola e orégano) Salada de Inhame e cenoura cozido com cheiro verde Sob.: Maçã</p>	<p>Carne seca acobolada Quibebe (abóbora) Sob.: Pera</p>
3ª feira	<p>Strogonoff de carne (Pá picada) (leite zero lactose) Arroz Colúrido (Cenoura, milho, ervilha e batata palha) Sob.: Caqui</p>	<p>Frango cozido (file de peito) Purê de Inhame (leite zero lactose e sem margarina) Baterraba cozida com cheiro verde Sob.: Caqui</p>	<p>Batata Soulé (sem margarina) Strogonoff de frango (File de Frango) Sob.: Abacaxi</p>	<p>Isca de fígado Abobrinha refogada com tomate Purê de batata (leite zero lactose e sem margarina) Sob.: Melancia</p>	<p>Peixe cozido Salada de chuchu e baterraba com cheiro verde Sob.: Caqui</p>
4ª feira	<p>Frango Assado (Coxa e sobrecoxa) Abobrinha ao molho branco (leite zero lactose e sem margarina) Salada de Tomate Sob.: Banana</p>	<p>Omelete (cebola, tomate e espinafre) Quibebe (abóbora) Sob.: Pera</p>	<p>Vaca atolada (Pá inteira com alpin) Agrido Cozido Sob.: Caqui</p>	<p>Salpicão (file de frango desfiado, cebola, tomate, cenoura, vagem, batata palha) (creme de leite zero lactose) Sob.: Caqui</p>	<p>Arroz com brócolis Frango ensopado (File de peito) com alpin Sob.: Banana</p>
5ª feira	<p>Couve refogada Carne moída ao Suço Sob.: Maçã</p>	<p>Moqueca de Peixe (cebola, pimentão, coentro) Sob.: Melancia</p>	<p>Polenta Couve picada e refogada Sob.: Banana</p>	<p>Farofa de Couve Molho à campanha Sob.: Laranja Pera</p>	<p>Arroz Assado Frango Assado (Coxa e sobrecoxa) Salada de Abóbora e Couve flor cozida Sob.: Melão</p>
6ª feira	<p>Isca de Frango (File de Frango) Seleta de batata e cenoura Sob.: Pera</p>	<p>Risoto (arroz, cenoura, cebola tomate, file de Frango desfiado) Sob.: Doce de banana</p>	<p>Fígado acobolado Salada de cenoura e batata doce (picada e cozida) Sob.: Laranja Pera</p>	<p>Suflê de legumes (ovos, tomate e cebola) Carne de espinafre (leite zero lactose e sem margarina) Sob.: Laranja Pera</p>	

Responsável Técnica
 Dalaine de Carvalho Rocha - CRM: 15101218

Dalaine Leal
 Buena Saoura dos Santos Vasques de Menezes - CRM: 13100267
 Larissa Cristina Fernandes Filho de Castro - CRM: 20101146
 Letícia Ramalho Braga - CRM: 13100255
 Tamires de Oliveira e Sousa - CRM: 13100446

Letícia Ramalho Braga
 Nutricionista
 CRN: 13100255

Larissa Castro
 Nutricionista
 CRN: 20101146

Dalaine Rocha
 Nutricionista
 CRM: 15101218

Tamires Oliveira
 Nutricionista
 CRN: 4-18100446



CARDÁPIO 2020/2021 INTOLERÂNCIA A LACTOSE ALMOÇO - EDUCAÇÃO INFANTIL - Safrá Caqui: Março / Abril / Maio

	1º Semana	2º Semana	3º Semana	4º Semana	5º Semana
2ª feira	<p>Feijão Arroz Ovos mexidos (cebola e orégano) Farofa de Cenoura (Sem margarina) Beterraba com chierro verde Sob.: Melão</p>	<p>Feijão Arroz Jardineira de legumes com carne moída (vagem e cenoura) Sob.: Maçã</p>	<p>Feijão Arroz Macarrão ao molho de tomate Ovo Cozido Duque de Abóbora e chuchu Sob.: Pera</p>	<p>Feijão Arroz Ovos mexidos (cebola e orégano) Salada de inhame e cenoura cozido com chierro verde Sob.: Maçã</p>	<p>Feijão Arroz Carne seca acobalada Quibebe (abóbora) Sob.: Pera</p>
3ª feira	<p>Feijão Arroz Stroganoff de carne (Pá picada) (leite zero lactose) Arroz Colorido (Cenoura, milho, ervilha e batata palha) Sob.: Caqui</p>	<p>Feijão Arroz Frango cozido (filé de peito) Purê de Inhame Stroganoff de carne e sem margarina) Beterraba cozida com chierro verde Sob.: Caqui</p>	<p>Feijão Arroz Arroz com cenoura Batata Soulé (sem margarina) Stroganoff de frango (Filé de Frango) Sob.: Abacaxi</p>	<p>Feijão Arroz Isca de frgado Abobrinha refogada com tomate Purê de batata (leite zero lactose e sem margarina) Sob.: Melancia</p>	<p>Feijão Arroz Salada de chuchu e beterraba com chierro verde Sob.: Caqui</p>
4ª feira	<p>Feijão Arroz Frango Assado (Coxa e sobrecoxa) Abobrinha ao molho branco (leite zero lactose e sem margarina) Salada de Tomate Sob.: Banana</p>	<p>Feijão Arroz Omelete (cebola, tomate e espinafre) Quibebe (abóbora) Sob.: Pera</p>	<p>Feijão Arroz Vaca atolada (Pá inteira com alpin) Agnão Cozido Sob.: Caqui</p>	<p>Feijão Arroz Salpicão (filé de frango desfiado, cebola, tomate, cenoura, vagem, batata-palha) (creme de leite zero lactose) Sob.: Caqui</p>	<p>Feijão Arroz Cozido (Batata doce, cenoura repolho e pá inteira) Sob.: Banana</p>
5ª feira	<p>Feijão Arroz Polenta Couve refogada Carne moída ao Suço Sob.: Maçã</p>	<p>Feijão Arroz Pirão Moqueca de Peixe (cebola, pimentão, coentro) Sob.: Melancia</p>	<p>Feijão Arroz Frango Cozido (Coxa e Sobrecoxa) Polenta Couve picada e refogada Sob.: Banana</p>	<p>Feijão Arroz Carne Assada (Pá Inteira) Farofa de Couve Molho à campanilha Sob.: Laranja Pera</p>	<p>Feijão Arroz Frango ensopado (Filé de peito) com alpin Sob.: Abacaxi</p>
6ª feira	<p>Feijão Arroz Isca de Frango (Filé de Frango) Seleia de batata e cenoura Sob.: Pera</p>	<p>Feijão Arroz Risoto (arroz, cenoura, cebola tomate, filé de frango desfiado) Sob.: Doce de banana</p>	<p>Feijão Arroz Figado acebolado Salada de cenoura e batata doce (picada e cozida) Sob.: Laranja Pera</p>	<p>Feijão Arroz Frango Assado (Coxa e sobrecoxa) Salada de Abóbora e Couve flor cozida Sob.: Melão</p>	<p>Feijão Arroz Sulfito de legumes (ovos, tomate e cebola) Creme de espinafre (leite zero lactose e sem margarina) Sob.: Laranja Pera</p>

Responsável Técnica

Dalaine de Carvalho Rocha - CRM: 15101218

Quádris Escalco

Bruna Issara dos Santos Vargas de Menezes - CRM: 13195651

Laryssa Cláudia Fernandes Filho de Castro - CRM: 20101146

Letícia Romalho Braga - CRM: 19100565

Tamires de Oliveira e Souza - CRM: 18100446

Letícia Romalho Braga
 Nutricionista
 CRN: 19100565

Tamires Oliveira
 Nutricionista
 CRN: 18100446

Laryssa Castro
 Nutricionista
 CRN: 20101146

Dalaine Rocha
 Nutricionista
 CRN: 15101218



CARDÁPIO 2020/2021 INTOLERÂNCIA A LACTOSE ALMOÇO - EDUCAÇÃO INFANTIL - Safra Tangerina: Junho / Julho / Agosto

	1ª Semana	2ª Semana	3ª Semana	4ª Semana	5ª Semana
2ª feira	<p>1º Semana</p> <p>Feijão Arroz Ovos mexidos (cebola e orégano) Farofa de Cenoura (Sem margarina) Betraba com cheiro verde Sob.: Melão</p>	<p>2º Semana</p> <p>Feijão Arroz Jardineira de legumes com carne moída (vagem e cenoura) Sob.: Maça</p>	<p>3º Semana</p> <p>Feijão Macarrão ao molho de tomate Ovo Cozido Duque de Abóbora e chuchu Sob.: Pera</p>	<p>4ª Semana</p> <p>Feijão Arroz Margarina Ovo cozido Salada de Inhame e cenoura cozido com cheiro verde Sob.: Maça</p>	<p>5ª Semana</p> <p>Feijão Arroz Carne seca acebolada Quibebe (abóbora) Sob.: Pera</p>
3ª feira	<p>3ª Semana</p> <p>Feijão Arroz Stroganoff de carne (Pa picada) (leite zero lactose) Arroz Colorido (Cenoura, milho, ervilha e batata palha) Sob.: Tangerina</p>	<p>2ª Semana</p> <p>Feijão Arroz Frango cozido (filé de peixe) Purê de Inhame (leite zero lactose e sem margarina) Betraba cozida com cheiro verde Sob.: Tangerina</p>	<p>3ª Semana</p> <p>Feijão Arroz com cenoura Batata Soulé (sem margarina) Stroganoff de frango (Filé de Frango) Sob.: Abacaxi</p>	<p>4ª Semana</p> <p>Feijão Arroz Isca de figado Abobrinha refogada com tomate Purê de batata (leite zero lactose e sem margarina) Sob.: Melancia</p>	<p>5ª Semana</p> <p>Feijão Arroz Salpicão (filé de frango desfiado, cebola, tomate, cenoura, vagem, batata-palha) (creme de leite zero lactose) Sob.: Tangerina</p>
4ª feira	<p>4ª Semana</p> <p>Feijão Arroz Frango Assado (Coxa e sobrecoxa) Abobrinha ao molho branco (leite zero lactose e sem margarina) Salada de Tomate Sob.: Banana</p>	<p>2ª Semana</p> <p>Feijão Arroz Omelete (cebola, tomate e espinafre) Quibebe (abóbora) Sob.: Pera</p>	<p>3ª Semana</p> <p>Feijão Arroz Vaca atolada (Pa inteira com alpin) Agião Cozido Frango Cozido (Coxa e Sobrecoxa) Sob.: Tangerina</p>	<p>4ª Semana</p> <p>Feijão Arroz Salpicão (leite de frango desfiado, cebola, tomate, cenoura, vagem, batata-palha) (creme de leite zero lactose) Sob.: Melancia</p>	<p>5ª Semana</p> <p>Feijão Arroz Carné Assada (Pa Inteira) Sob.: Tangerina</p>
5ª feira	<p>5ª Semana</p> <p>Feijão Arroz Couve refogada Carne moída ao Sugo Sob.: Maça</p>	<p>2ª Semana</p> <p>Feijão Arroz Moqueca de Peixe (cebola, pimentão, coentro) Sob.: Melancia</p>	<p>3ª Semana</p> <p>Feijão Arroz Polenta Couve picada e refogada Sob.: Banana</p>	<p>4ª Semana</p> <p>Feijão Arroz Isca de figado Abobrinha refogada com tomate Purê de batata (leite zero lactose e sem margarina) Sob.: Melancia</p>	<p>5ª Semana</p> <p>Feijão Arroz Frango Assado (Coxa e sobrecoxa) Salada de Abóbora e Couve flor cozida Sob.: Melão</p>
6ª feira	<p>6ª Semana</p> <p>Feijão Arroz Isca de Frango (Filé de Frango) Seleia de batata e cenoura Sob.: Pera</p>	<p>2ª Semana</p> <p>Feijão Arroz Risoto (arroz, cenoura, cebola, tomate, file de frango desfiado) Sob.: Melancia</p>	<p>3ª Semana</p> <p>Feijão Arroz Figado acebolado Salada de cenoura e batata doce (picada e cozida) Sob.: Laranja Pera</p>	<p>4ª Semana</p> <p>Feijão Arroz Frango Assado (Coxa e sobrecoxa) Salada de Abóbora e Couve flor cozida Sob.: Melão</p>	<p>5ª Semana</p> <p>Feijão Arroz Suflê de legumes (ovos, tomate e cebola) Creme de espinafre (leite zero lactose e sem margarina) Sob.: Laranja Pera</p>

Responsável Técnica

Daniela de Carvalho Rocha - CRN: 15101718

Quiltra, Teciolo
Bruna Inaura dos Santos Vasques da Mota - CRN: 131100547

Laryssa Cristina Fernandes Filho de Castro - CRN: 20101146

Leticia Saminho Braga - CRN: 19100553

Tamires de Oliveira e Souza - CRN: 18100146

Leticia Ramalho Braga
 Nutricionista
 CRN: 161100565

Tamires Oliveira
 Nutricionista
 CRN: 18100146

Daniela Rocha
 Nutricionista
 CRN: 15101718

Laryssa Castro
 Nutricionista
 CRN: 20101146



CARDÁPIO 2020/2021

INTOLERÂNCIA A LACTOSE

DESJEJUM - 2 ANOS A 3 ANOS 11 MESES

	1º Semana	2º Semana	3º Semana	4º Semana	5º Semana
2ª feira	Mingau de maisena (Leite Zero Lactose)	Biscoito água e sal (sem lactose) Achoocolatado sem lactose (Leite Zero Lactose)	Biscoito maria (sem lactose) Leite caramelizado (Leite Zero Lactose)	Mingau de chocolate (Leite Zero Lactose)	Biscoito água e sal(sem lactose) Leite com baunilha (Leite Zero Lactose)
3ª feira	Biscoito cream-cracker (sem lactose) Leite caramelizado (Leite Zero Lactose)	Biscoito rosquinha (leite) (sem lactose) Café com leite (Leite Zero Lactose)	Biscoito água e sal (sem lactose) Achoocolatado sem lactose (Leite Zero Lactose)	Biscoito cream-cracker (sem lactose) Café com leite (Leite Zero Lactose)	Mingau de maisena (Leite Zero Lactose)
4ª feira	Biscoito rosquinha (leite) (Sem lactose) Café com leite (Leite Zero Lactose)	Biscoito água e sal (sem lactose) Leite com baunilha (Leite Zero Lactose)	Biscoito rosquinha (leite) (sem lactose) Café com leite (Leite Zero Lactose)	Biscoito maisena (sem lactose) Achoocolatado sem lactose (Leite Zero Lactose)	Biscoito maria (sem lactose) Café com leite (Leite Zero Lactose)
5ª feira	Biscoito água e sal (sem lactose) Achoocolatado sem lactose (Leite Zero Lactose)	Biscoito cream-cracker (sem lactose) Leite caramelizado (Leite Zero Lactose)	Mingau de cremogema (Leite Zero Lactose)	Biscoito maria (sem lactose) Leite com baunilha (Leite Zero Lactose)	Biscoito maisena (sem lactose) Leite caramelizado (Leite Zero Lactose)
6ª feira	Biscoito maria (sem lactose) Leite com baunilha (Leite Zero Lactose)	Mingau de aveia (Leite Zero Lactose)	Biscoito cream-cracker (sem lactose) Leite com baunilha (Leite Zero Lactose)	Biscoito rosquinha (chocolate) (sem lactose) Leite caramelizado (Leite Zero Lactose)	Biscoito cream-cracker (sem lactose) Achoocolatado sem lactose (Leite Zero Lactose)



ESTADO DO RIO DE JANEIRO
Prefeitura Municipal de Mangaratiba
Secretaria Municipal de Educação, Esporte e Lazer
Diretoria de Nutrição

CARDÁPIO 2020/2021 INTOLERÂNCIA A LACTOSE COLAÇÃO - 2 ANOS A 3 ANOS 11 MESES - Fevereiro / Setembro / Outubro / Novembro / Dezembro

	1º Semana	2º Semana	3º Semana	4º Semana	5º Semana
2ª feira	MAÇÃ	PERA	MAÇÃ	PERA	MAÇÃ
3ª feira	BANANA	MAMÃO	BANANA	MAMÃO	BANANA
4ª feira	PERA	MELANCIA	MELÃO	MELANCIA	MELÃO
5ª feira	LARANJA LIMA	MAÇÃ	LARANJA LIMA	MAÇÃ	LARANJA LIMA
6ª feira	MAMÃO	LARANJA LIMA	MAMÃO	LARANJA LIMA	MAMÃO

Responsável Técnica

Dulaine de Carvalho Rocha - CRN: 1510218

Quadrô Tescine

Bruna Laurer dos Santos Vasques de Mattos - CRN: 13100567

Laryssa Cristina Fernandes Filho de Castro - CRN: 20101146

Leticia Ramalho Braga - CRN: 19100565

Tamires de Oliveira e Souza - CRN: 18100446

Leticia Ramalho Braga
Nutricionista
CRN: 19100565

Laryssa Castro
Nutricionista
CRN: 20101146

Dulaine Rocha
Nutricionista
CRN: 1510218

Bruna Vasques
Nutricionista
CRN: 13100567

Tamires Oliveira
Nutricionista
CRN: 18100446



ESTADO DO RIO DE JANEIRO
Prefeitura Municipal de Mangaratiba
Secretaria Municipal de Educação, Esporte e Lazer
Diretoria de Nutrição

CARDÁPIO 2020/2021 INTOLERÂNCIA A LACTOSE

COLAÇÃO - 2 ANOS A 3 ANOS 11 MESES - Safra Caqui: Março / Abril / Maio

	1º Semana	2º Semana	3º Semana	4º Semana	5º Semana
2ª feira	CAQUI	PERA	MAÇÃ	PERA	MAÇÃ
3ª feira	BANANA	MAMÃO	BANANA	CAQUI	BANANA
4ª feira	PERA	CAQUI	MELÃO	MELANCIA	MELÃO
5ª feira	LARANJA LIMA	MAÇÃ	CAQUI	MAÇÃ	CAQUI
6ª feira	MAMÃO	LARANJA LIMA	MAMÃO	LARANJA LIMA	MAMÃO

Responsável Técnica

Dabene de Carvalho Rocha - CRN:15101218

Quilômetro Técnico

Bruna Isaura dos Santos Vasques do Matos - CRN:13100667

Laryssa Cristina Fernandes Filho de Castro - CRN: 20101146

Leticia Ramalho Braga - CRN: 19100565

Tamires de Oliveira e Souza - CRN: 18100446

Leticia Ramalho Braga
Nutricionista
CRN: 19100565

Laryssa Castro
Nutricionista
CRN: 20101146

Bruna Vasques
Nutricionista
CRN: 13100667

Tamires Oliveira
Nutricionista
CRN: 18100446

Débora Rocha
Nutricionista
CRN: 15101218

Bruna Vasques
Nutricionista
CRN: 13100667

Tamires Oliveira
Nutricionista
CRN: 18100446



CARDÁPIO 2020/2021

INTOLERÂNCIA A LACTOSE

COLAÇÃO - 2 ANOS A 3 ANOS 11 MESES - Safra Tangerina: Junho / Julho / Agosto

	1º Semana	2º Semana	3º Semana	4º Semana	5º Semana
2ª feira	TANGERINA	PERA	MAÇÃ	PERA	MAÇÃ
3ª feira	BANANA	MAMÃO	BANANA	TANGERINA	BANANA
4ª feira	PERA	TANGERINA	MELÃO	MELANCIA	MELÃO
5ª feira	LARANJA LIMA	MAÇÃ	TANGERINA	MAÇÃ	TANGERINA
6ª feira	MAMÃO	LARANJA LIMA	MAMÃO	LARANJA LIMA	MAMÃO

Responsável Técnica

Daniene de Carvalho Rocha - CRN:19101218

Quádro Técnico

Bruna Raissa dos Santos Vasques de Matos - CRN:13100567

Laryssa Cristina Fernandes Filho de Castro - CRN: 20101146

Letícia Ramalho Braga - CRN : 19100565

Tamires de Oliveira e Souza - CRN :18100446

Letícia Ramalho Braga

Nutricionista

CRN : 19100565

Laryssa Castro

Nutricionista

CRM: 20101146

Daniene de Carvalho Rocha
Nutricionista
CRN: 19101218

Bruna Raissa Vasques de Matos
Nutricionista
CRN:13100567

Tamires de Oliveira e Souza
Nutricionista
CRN:18100446



CARDÁPIO 2020/2021 INTOLERÂNCIA A LACTOSE ALMOÇO - 2 a 3 anos e 11 meses - Fevereiro/ Setembro/ Outubro/ Novembro / Dezembro

	1ª Semana	2ª Semana	3ª Semana	4ª Semana	5ª Semana
2ª feira	Feijão Arroz Ovos mexidos (cebola e orégano) Farofa de Cenoura (Sem margarina) Beterraba com cheiro verde Sob.: Melão	Feijão Arroz Jardineira de legumes com carne moída (vagem e cenoura) Sob.: Maça	Feijão Arroz Macarrão ao molho de tomate Ovo Cozido Duque de Abóbora e chuchu Sob.: Pera	Feijão Arroz Ovos mexidos (cebola e orégano) Salada de inhame e cenoura cozido com cheiro verde Sob.: Maça	Feijão Arroz Carne seca acebolada Quibebe (abóbora) Sob.: Pera
3ª feira	Feijão Arroz Stroganoff de carne (Pá picada) (leite zero lactose) Arroz Colondo (Cenoura, milho, ervilha e batata palha) Sob.: Caqui	Feijão Arroz Frango cozido (filé de peito) Purê de Inhame Beterraba cozida com cheiro verde Sob.: Caqui	Feijão Arroz Batata Soulé (sem margarina) Stroganoff de Frango (Filé de Frango) Sob.: Abacaxi	Feijão Arroz Isca de frgado Abobrinha refogada com tomate Purê de batata (leite zero lactose e sem margarina) Sob.: Melancia	Feijão Arroz Salada de chuchu e beterraba com cheiro verde Sob.: Pera
4ª feira	Feijão Arroz Frango Assado (Coxa e sobrecoxa) Abobrinha ao molho branco (leite zero lactose e sem margarina) Salada de Tomate Sob.: Banana	Feijão Arroz Omelete (cebola, tomate e espinafre) Quibebe (abóbora) Sob.: Pera	Feijão Arroz Vaca atolada (Pá inteira com alpin) Agrião Cozido Sob.: Caqui	Feijão Arroz Salpicão (filé de frango desfiado, cebola, tomate, cenoura, vagem, batatas-palha) (creme de leite zero lactose) Sob.: Caqui	Feijão Arroz Arroz com brócolis Frango ensopado (Filé de peito) com alpin Sob.: Banana
5ª feira	Feijão Arroz Polenta Couve refogada Carne moída ao Stugo Sob.: Maça	Feijão Arroz Polenta Moqueca de Peixe (cebola, pimentão, coentro) Sob.: Melancia	Feijão Arroz Polenta Couve picada e refogada Sob.: Banana	Feijão Arroz Carne Assada (Pá Inteira) Farofa de Couve Molho à campanha Sob.: Laranja Pera	Feijão Arroz Frango Assado (Coxa e sobrecoxa) Sulfite de legumes (ovos,tomate e cebola) Creme de espinafre (leite zero lactose e sem margarina) Sob.: Abacaxi
6ª feira	Feijão Arroz Isca de Frango (Filé de Frango) Seleta de batata e cenoura Sob.: Pera	Feijão Arroz Risoto (arroz, cenoura, cebola tomate, filé de frango desfiado) Sob.: Doce de banana	Feijão Arroz Figado acebolado Salada de cenoura e batata doce (picada e cozida) Sob.: Laranja Pera	Feijão Arroz Salada de Abóbora e Couve flor cozida Sob.: Melão	Feijão Arroz Sulfite de legumes (ovos,tomate e cebola) Creme de espinafre (leite zero lactose e sem margarina) Sob.: Laranja Pera

Responsável Técnico

Balaine de Carvalho Rocha - CRN:15181218

Danielo Tediani

Bruna Baroni dos Santos Vasques de Menezes - CRN: 15190557

Laysa Cristina Fernandes Filho de Castro - CRN: 20107146

Letícia Romalho Braga - CRN: 15190555

Tamires de Oliveira e Souza - CRN: 20100446

Letícia Romalho Braga
 Nutricionista
 CRN: 15190555

Tamires Oliveira
 Nutricionista
 CRN: 20100446

Laryssa Castro
 Nutricionista
 CRN: 20101146

Doisete Rocha
 Nutricionista
 CRN: 15181218



CARDÁPIO 2020/2021 INIULERANCIA A LACTOSE ALMOÇO - 2 a 3 anos e 11 meses - Safra Tangerina: Junho / Julho / Agosto

	1º Semana	2º Semana	3º Semana	4º Semana	5º Semana
2ª feira	<p>1º Semana</p> <p>Feijão Arroz Ovos mexidos (cebola e orégano) Farofa de Cenoura (sem margarina) Betrerraba com cheiro verde Sob.: Maíto</p>	<p>2º Semana</p> <p>Feijão Arroz Jardineira de legumes com carne moída (vagem e cenoura) Sob.: Maça</p>	<p>3º Semana</p> <p>Feijão Macarrão ao molho de tomate Ovo Cozido Duque de Abóbora e chuchu Sob.: Pera</p>	<p>4º Semana</p> <p>Feijão Arroz Ovos mexidos (cebola e orégano) Salada de inhame e cenoura cozido com cheiro verde Sob.: Maça</p>	<p>5º Semana</p> <p>Feijão Arroz Carne seca acobolada Quibebe (abóbora) Sob.: Pera</p>
3ª feira	<p>3ª feira</p> <p>Stroganoff de carne (Pá picada) (leite zero lactose) Arroz Colorido (Cenoura, milho, ervilha e batata palha) Sob.: Tangerina</p>	<p>Frango cozido (filé de peito) Purê de Inhame (leite zero lactose e sem margarina) Betrerraba cozida com cheiro verde Sob.: Tangerina</p>	<p>Arroz com cenoura Batata Soulé (sem margarina) Stroganoff de frango (Filé de Frango) Sob.: Abacaxi</p>	<p>Feijão Arroz Isca de frgado Abobrinha refogada com tomate Purê de batata (leite zero lactose e sem margarina) Sob.: Melancia</p>	<p>Feijão Arroz Cozido Salada de chuchu e beterraba com cheiro verde Sob.: Tangerina</p>
4ª feira	<p>4ª feira</p> <p>Frango Assado (Coxa e sobrecoxa) Abobrinha ao molho branco (leite zero lactose e sem margarina) Salada de Tomate Sob.: Banana</p>	<p>Omelete (cebola, tomate e espinafre) Quibebe (abóbora) Sob.: Pera</p>	<p>Feijão Arroz Vaca atolada (Pá inteira com alpin) Agridão Cozido Sob.: Tangerina</p>	<p>Feijão Arroz Salpicão (filé de frango desfiado, cebola, tomate, cenoura, vagem, batata palha) (creme de leite zero lactose) Sob.: Tangerina</p>	<p>Feijão Arroz Arroz com brócolis Frango ensopado (Filé de peito) com alpin Sob.: Banana</p>
5ª feira	<p>5ª feira</p> <p>Couve refogada Carne moída ao Sugo Sob.: Maça</p>	<p>Moqueca de Peixe (cebola, pimentão, coentro) Sob.: Melancia</p>	<p>Feijão Arroz Frango Cozido (Coxa e Sobrecoxa) Polenta Couve picada e refogada Sob.: Banana</p>	<p>Feijão Arroz Carne Assada (Pá Inteira) Farofa de Couve Molho à campanha Sob.: Laranja Pera</p>	<p>Feijão Arroz Sob.: Abacaxi</p>
6ª feira	<p>6ª feira</p> <p>Isca de Frango (Filé de Frango) Seleia de batata e cenoura Sob.: Pera</p>	<p>Feijão Risolito (arroz, cenoura, cebola tomate, file de frango desfiado) Sob.: Doce de banana</p>	<p>Feijão Arroz Figado acobolado Salada de cenoura e batata doce (picada e cozida) Sob.: Laranja Pera</p>	<p>Arroz Frango Assado (Coxa e sobrecoxa) Salada de Abóbora e Couve flor cozida Sob.: Maíto</p>	<p>Feijão Arroz Sulitê de legumes (ovos, tomate e cebola) Creme de espinafre (leite zero lactose e sem margarina) Sob.: Laranja Pera</p>

Responsável Técnico

Danielle de Carvalho Rocha - CRM 153012/8

Quênia Leite

Bianca Samir dos Santos Vazquez de Medeiros - CRM 131005/2

Laryssa Cristina Fernandes Lima de Azevedo - CRM 20011/6

Leticia Ramalho Braga - CRM 191005/5

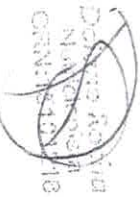
Tamires de Oliveira e Souza - CRM 181004/6

Leticia Ramalho Braga
 Nutricionista
 CRN: 191005/5

Tamires de Oliveira
 Nutricionista
 CRN: 181004/6

Laryssa Castro
 Nutricionista
 CRN: 20011/6

Danielle de Carvalho Rocha
 Nutricionista
 CRM: 153012/8





CARDÁPIO 2020/2021 INTOLERÂNCIA A LACTOSE JANTAR - 2 ANOS A 3 ANOS 11 MESES

	1º Semana	2º Semana	3º Semana	4º Semana	5º Semana
2ª feira	Sopa de abóbora e inhame carne desfiada (músculo) Sob.: Banana	Sopa de Legumes (aipim, abóbora, cenoura, repolho, couve e massinha) Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Melancia	Caldo verde (inhame, couve) Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Mamão	Polenta couve picada Carne desfiada (carne moída) Sob.: Melão	Sopa de inhame (couve e inhame) Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Banana
3ª feira	Sopa de feijão (massinha, batata inglesa, cenoura) Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Pera	Caldo verde com batata e couve carne desfiada (músculo) Sob.: Laranja Lima	Polenta com carne moída e agrião Sob.: Melão	Sopa de legumes (batata inglesa, cenoura, beterraba) carne desfiada (músculo) Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Maçã	Caldo de aipim Carne moída Sob.: Laranja Lima
4ª feira	Caldo de Aipim (Aipim, couve picada) carne desfiada (pá picada) Sob.: Laranja Lima	Sopa de Inhame (inhame e couve) Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Maçã	Sopa de feijão, massinha (batata inglesa, cenoura, beterraba) Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Laranja Lima	Caldo verde (batata inglesa, brócolis) carne desfiada (músculo) Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Banana	Sopa de ervilha (Batata, cenoura) Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Mamão
5ª feira	Sopa de legumes (Batata doce, chuchu, cenoura abóbora, inhame e couve picada) Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Melão	Canjiquinha amarela Carne moída Sob.: Mamão	Sopa de inhame (inhame, cenoura) carne desfiada (músculo) Sob.: Pera	Canja (arroz, batata inglesa, cenoura, hortaliça) Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Mamão	Caldo verde com batata, couve picada Carne desfiada (Pá Picada) Sob.: Melancia
6ª feira	Polenta com e agrião carne moída Sob.: Maçã	Caldo de abóbora (espinafre e abóbora) Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Melão	Canja (arroz, batata inglesa, cenoura) hortaliça) Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Banana	Canjiquinha amarela carne moída Sob.: Pera	Sopa de legumes (chuchu, cenoura, batata doce cará, repolho e couve) Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Maçã

Representador Técnico

Dolaine de Carvalho Rocha - CRN:15101218

Queluz Técnico

Bruna Izaura dos Santos Vasques de Matos - CRN:13100567

Laryssa Cristina Fernandes Filho de Castro - CRN: 20101146

Leticia Ramalho Braga - CRN: 19100565

Tamires de Oliveira e Souza - CRN: 18100446

Leticia Ramalho Braga
 Nutricionista
 CRN: 19100565

Laryssa Castro
 Nutricionista
 CRN: 20101146

Laryssa Castro
 Nutricionista
 CRN: 20101146

Dolaine Rocha
 Nutricionista
 CRN: 15101218

Bruna Vasques
 Nutricionista
 CRN: 13100567

Tamires Oliveira
 Nutricionista
 CRN: 18100446



CARDÁPIO 2020/2021

INTOLERÂNCIA A LACTOSE

DESJEJUM - ESCOLAR

	1º Semana	2º Semana	3º Semana	4º Semana	5º Semana
2ª feira	Mingau de maisena (Leite Zero Lactose)	Biscoito água e sal (sem lactose) Achoocolatado sem lactose (Leite Zero Lactose)	Biscoito maria (sem lactose) Leite caramelizado (Leite Zero Lactose)	Mingau de chocolate (Leite Zero Lactose)	Biscoito água e sal (sem lactose) Leite com baunilha (Leite Zero Lactose)
3ª feira	Biscoito cream-cracker (sem lactose) Leite caramelizado (Leite Zero Lactose)	Biscoito rosquinha (leite) (sem lactose) Café com leite (Leite Zero Lactose)	Biscoito água e sal (sem lactose) Achoocolatado sem lactose (Leite Zero Lactose)	Biscoito cream-cracker (sem lactose) Café com leite (Leite Zero Lactose)	Mingau de maisena (Leite Zero Lactose)
4ª feira	Biscoito rosquinha (leite) (sem lactose) Café com leite (Leite Zero Lactose)	Biscoito água e sal (sem lactose) Leite com baunilha (Leite Zero Lactose)	Biscoito rosquinha (leite) (sem lactose) Café com leite (Leite Zero Lactose)	Biscoito maisena (sem lactose) Achoocolatado sem lactose (Leite Zero Lactose)	Biscoito maria (sem lactose) Café com leite (Leite Zero Lactose)
5ª feira	Biscoito água e sal (sem lactose) Achoocolatado sem lactose (Leite Zero Lactose)	Biscoito cream-cracker (sem lactose) Leite caramelizado (Leite Zero Lactose)	Mingau de cremogema (Leite Zero Lactose)	Biscoito maria (sem lactose) Leite com baunilha (Leite Zero Lactose)	Biscoito maisena (sem lactose) Leite caramelizado (Leite Zero Lactose)
6ª feira	Biscoito maria (sem lactose) Leite com baunilha (Leite Zero Lactose)	Mingau de aveia (Leite Zero Lactose)	Biscoito cream-cracker (sem lactose) Leite com baunilha (Leite Zero Lactose)	Biscoito rosquinha (chocolate) (sem lactose) Leite caramelizado (Leite Zero Lactose)	Biscoito cream-cracker (sem lactose) Achoocolatado sem lactose (Leite Zero Lactose)

Letícia Ruffillo Braga
Nutricionista
CRN: 19100565

Laryssa Castro
Nutricionista
CRN 20101146

Priscilla Vasques
Nutricionista
CRN: 13100561

Tamires Oliveira
Nutricionista
CRN: 118100446



CARDÁPIO 2020/2021 INTOLERÂNCIA A LACTOSE ALMOÇO - ESCOLAR- Fevereiro/ Setembro/ Outubro/ Novembro / Dezembro

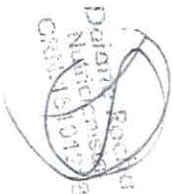
	1º Semana	2º Semana	3º Semana	4º Semana	5º Semana
2ª feira	Feijão Arroz Ovos mexidos (cebola e orégano) Farofa de Cenoura (sem margarina) Belderraba com cheiro verde Sob.: Melão	Feijão Arroz Jardineira de legumes com carne moída (vagem e cenoura) Sob.: Maça	Feijão Ovo Cozido Macarrão ao molho de tomate Dogue de Abóbora e chuchu Sob.: Pera	Feijão Arroz Ovos mexidos (cebola e orégano) Salada de inhame e cenoura cozido com cheiro verde Sob.: Maça	Feijão Arroz Carne seca acebolada Quibebe (abóbora) Sob.: Pera
3ª feira	Feijão Arroz Stroganoff de carne (Pá picada) (leite zero lactose) Arroz Colorido (Cenoura, milho, ervilha e batata palha) Sob.: Laranja Pera	Feijão Arroz Frango cozido (filé de peixe) Purê de Inhame Belderraba cozida com cheiro verde Sob.: Banana	Feijão Arroz Batata Soulé (sem margarina) Stroganoff de frango (filé de frango) Sob.: Abacaxi	Feijão Arroz Isca de frgado Abobrinha refogada com tomate Purê de batata (leite zero lactose e sem margarina) Sob.: Melancia	Feijão Arroz Peixe cozido Salada de chuchu e belderraba com cheiro verde Sob.: Pera
4ª feira	Feijão Arroz Frango Assado (Coxa e sobrecoxa) Abobrinha ao molho branco (leite zero lactose e sem margarina) Salada de Tomate Sob.: Banana	Feijão Arroz Omelete (cebola, tomate e espinafre) Quibebe (abóbora) Sob.: Pera	Feijão Arroz Vacca atolada (Pá inteira com alpin) Agnão Cozido Sob.: Melancia	Feijão Arroz Salpicão (filé de frango desfiado, cebola, tomate, cenoura, vagem, batata-palha) (creme de leite zero lactose) Sob.: Mamão	Feijão Arroz Arroz com brocolis Frango ensopado (filé de peixe) com alpin Sob.: Banana
5ª feira	Feijão Arroz Polenta Couve refogada Carne moída ao Sugo Sob.: Maça	Feijão Arroz Pirão Moqueca de Peixe (cebola, pimentão, coentro) Sob.: Melancia	Feijão Arroz Frango Cozido (Coxa e Sobrecoxa) Polenta Couve picada e refogada Sob.: Banana	Feijão Arroz Carne Assada (Pá Inteira) Farofa de Couve Molho à campinha Sob.: Laranja Pera	Feijão Arroz Frango Assado Creme de espinafre (leite zero lactose e sem margarina) Sob.: Abacaxi
6ª feira	Feijão Arroz Isca de Frango (Filé de Frango) Selada de batata e cenoura Sob.: Pera	Feijão Arroz Risoto (arroz, cenoura, cebola tomate, filé de frango desfiado) Sob.: Doce de banana	Feijão Arroz Salada de cenoura e batata doce (picada e cozida) Sob.: Laranja Pera	Feijão Arroz Frango Assado (Coxa e sobrecoxa) Salada de Abóbora e Couve flor cozida Sob.: Melão	Feijão Arroz Suflê de legumes (ovos, tomate e cebola) Creme de espinafre (leite zero lactose e sem margarina) Sob.: Laranja Pera

Representar: Lúcia
Bairro de Cavalho Reche - CRM: 151812718
Gândio Machado
Bairro Amador - CRM: 151812718
Laryssa Cristina Fernandes Filho de Castro - CRM: 20107146
Leticia Ramalho Braga - CRM: 151810985
Família de Oliveira e Souza - CRM: 151810946

Leticia Ramalho Braga
Nutricionista
CRM: 19100565

Família de Oliveira
Nutricionista
CRM: 18100446

Laryssa Castro
Nutricionista
CRM: 20101146





CAKUDAPIU 2020/2021 INIULERANCIA A LACTOSE ALMOÇO - ESCOLAR - Safra Caqui / Março / Abril / Maio

	1º Semana	2º Semana	3º Semana	4º Semana	5º Semana
2ª feira	Feijão Arroz Ovos mexidos (cebola e orégano) Farofa de Cenoura (Sem margarina) Betrerraba com cheiro verde Sob.: Melão	Feijão Arroz Jardineira de legumes com carne moída (vagem e cenoura) Sob.: Maçã	Feijão Arroz Macarrão ao molho de tomate Ovo Cozido Duque de Abóbora e chuchu Sob.: Pera	Feijão Arroz Ovos mexidos (cebola e orégano) Salada de Inhame e cenoura cozido com cheiro verde Sob.: Maçã	Feijão Arroz Carne seca acebolada Quibebe (abóbora) Sob.: Pera
3ª feira	Feijão Arroz Strogonoff de carne (Pá picada) (leite zero lactose) Arroz Colorido (Cenoura, milho, ervilha e batata palha) Sob.: Caqui	Feijão Arroz Frango cozido (filé de peito) Purê de Inhame (leite zero lactose e sem margarina) Betrerraba cozida com cheiro verde Sob.: Caqui	Feijão Arroz Batata Soulé (sem margarina) Strogonoff de frango (Filé de Frango) Sob.: Abacaxi	Feijão Arroz Salpicão (filé de frango desfiado, cebola, tomate, cenoura, vagem, batata-palha) (creme de leite zero lactose) Sob.: Melancia	Feijão Arroz Salada de chuchu e beterraba com cheiro verde Sob.: Caqui
4ª feira	Feijão Arroz Frango Assado (Coxa e sobrecoxa) Abobrinha ao molho branco (leite zero lactose e sem margarina) Salada de Tomate Sob.: Banana	Feijão Arroz Omelete (cebola, tomate e espinafre) Quibebe (abóbora) Sob.: Pera	Feijão Arroz Vaca atolada (Pá inteira com alhoim) Agrido Cozido Sob.: Caqui	Feijão Arroz Salpicão (filé de frango desfiado, cebola, tomate, cenoura, vagem, batata-palha) (creme de leite zero lactose) Sob.: Caqui	Feijão Arroz Arroz com brócolis Frango ensopado (Filé de peito) com alhoim Sob.: Banana
5ª feira	Feijão Arroz Polenta Couve refogada Carne moída ao Suço Sob.: Maçã	Feijão Arroz Pirão Moqueca de Peixe (cebola, pimentão, coentro) Sob.: Melancia	Feijão Arroz Polenta Frango Cozido (Coxa e Sobrecoxa) Couve picada e refogada Sob.: Banana	Feijão Arroz Carne Assada (Pá Inteira) Farofa de Couve Molho à campanha Sob.: Laranja Pera	Feijão Arroz Frango Assado Frango ensopado (Filé de peito) com alhoim Sob.: Abacaxi
6ª feira	Feijão Arroz Isca de Frango (Filé de Frango) Seleta de batata e cenoura Sob.: Pera	Feijão Arroz Risoto (arroz, cenoura, cebola tomate, filé de frango desfiado) Sob.: Doce de banana	Feijão Arroz Figado acebolado Salada de cenoura e batata doce (picada e cozida) Sob.: Laranja Pera	Feijão Arroz Frango Assado (Coxa e sobrecoxa) Salada de Abóbora e Couve flor cozida Sob.: Melão	Feijão Arroz Suflé de legumes (ovos, tomate e cebola) Creme de espinafre (leite zero lactose e sem margarina) Sob.: Laranja Pera

Bimestre: 1ª Etapa

Batata e Cenoura: 1kg/20, 1kg/20

Ovos: 3kg/30

Farofa de Maizena: 1kg/10

Arroz: 1kg/10

Macarrão: 1kg/10

Polenta: 1kg/10

Alho: 1kg/10

Sal: 1kg/10

Leticia Ramalho Braga
Nutricionista
CRN: 19100565

Tainara Oliveira
Nutricionista
CRN: 4-18100446

Laryssa Castro
Nutricionista
CRN: 20101146





CARDAPIO 2020/2021 INTOLERANCIA A LACTOSE ALMOÇO - ESCOLAR - Safra Tangerina: Junho / Julho / Agosto

	1º Semana	2º Semana	3º Semana	4º Semana	5º Semana
2ª feira	Ovos mexidos (cebola e orégano) Farofa de Cenoura (Sem margarina) Beterraba com cheiro verde Sob.: Melão	Jardineira de legumes com carne moída (vegem e cenoura) Sob.: Maçã	Macarão ao molho de tomate Ovo Cozido Duque de Abóbora e chuchu Sob.: Pera	Ovos mexidos (cebola e orégano) Salada de Inhame e cenoura cozido com cheiro verde Sob.: Maçã	Carne seca acoboiada Quibebe (abóbora) Sob.: Pera
3ª feira	Strogonoff de carne (Pá picada) (leite zero lactose) Arroz Colorido (Cenoura, milho, ervilha e batata palha) Sob.: Tangerina	Frango cozido (filé de peixe) Purê de Inhame (leite zero lactose e sem margarina) Beterraba cozida com cheiro verde Sob.: Tangerina	Batata Soulé (sem margarina) Strogonoff de frango (Filé de Frango) Sob.: Abacaxi	Abobrinha refogada com tomate Purê de batata (leite zero lactose e sem margarina) Sob.: Melancia	Salada de chuchu e beterraba com cheiro verde Sob.: Tangerina
4ª feira	Frango Assado (Coxa e sobrecoxa) Abobrinha ao molho branco (leite zero lactose e sem margarina) Salada de Tomate Sob.: Banana	Omelete (cebola, tomate e espinafre) Quibebe (abóbora) Sob.: Pera	Vaca aladada (Pá inteira com alpin) Agridão Cozido Sob.: Tangerina	Salpicão (filé de frango desfiado, cebola, tomate, cenoura, vegem, batata-palha) (creme de leite zero lactose) Sob.: Tangerina	Arroz com brócolis Frango ensopado (Filé de peixe) com alpin Sob.: Banana
5ª feira	Couve refogada Carne moída ao Sugo Sob.: Maçã	Moqueca de Peixe (cebola, pimentão, coentro) Sob.: Melancia	Frango Cozido (Coxa e Sobrecoxa) Polenta Couve picada e refogada Sob.: Banana	Carne Assada (Pá Inteira) Farofa de Couve Molho à campanha Sob.: Laranja Pera	Frango ensopado com alpin Sob.: Abacaxi
6ª feira	Isca de Frango (Filé de Frango) Salsinha de batata e cenoura Sob.: Pera	Risoto (arroz, cenoura, cebola tomate, filé de frango desfiado) Sob.: Doce de banana	Salada de cenoura e batata doce (picada e cozida) Sob.: Laranja Pera	Salada de Abóbora e Couve flor cozida Sob.: Melão	Suflê de legumes (ovos, tomate e cebola) Creme de espinafre (leite zero lactose e sem margarina) Sob.: Laranja Pera

Responsável Esolúca

Dalaine de Carvalho Rocha - CRN:15101218
 Suelene Teodoro
 Sônia Santos Vasques de Mattos - CRN:13100067
 Leticia Cristina Percevaloni Lima de Castro - CRN: 20101146
 Leticia Estanislau Braga - CRN: 19100065
 Tainara de Oliveira e Souza - CRN: 18100046

Leticia Ramalho Braga
 Nutricionista
 CRN: 19100565

Tainara de Oliveira
 Nutricionista
 CRN 4-18100046

Laryssa Castro
 Nutricionista
 CRN:20101146

Dalaine Rocha
 Nutricionista
 CRN:15101218



CARDÁPIO 2020/2021

INTOLERÂNCIA A LACTOSE

DESJEJUM - INTEGRAL

	1º Semana	2º Semana	3º Semana	4º Semana	5º Semana
2ª feira	Mingau de maisena (Leite Zero Lactose)	Biscoito água e sal(sem lactose) Achocolatado sem lactose (Leite Zero Lactose)	Biscoito maria (sem lactose) Leite caramelizado (Leite Zero Lactose)	Mingau de chocolate (Leite Zero Lactose)	Biscoito água e sal(sem lactose) Leite com baunilha (Leite Zero Lactose)
3ª feira	Biscoito cream-cracker lactose) (sem Leite caramelizado (Leite Zero Lactose)	Biscoito rosquinha (leite) sem lactose) Café com leite (Leite Zero Lactose)	Biscoito água e sal(sem lactose) Achocolatado sem lactose (Leite Zero Lactose)	Biscoito cream-cracker (sem lactose) Café com leite (Leite Zero Lactose)	Mingau de maisena (Leite Zero Lactose)
4ª feira	Biscoito rosquinha (leite) (sem lactose) Café com leite (Leite Zero Lactose)	Biscoito água e sal(sem lactose) Leite com baunilha (Leite Zero Lactose)	Biscoito rosquinha (leite) (sem lactose) Café com leite (Leite Zero Lactose)	Biscoito maisena (sem lactose) Achocolatado sem lactose (Leite Zero Lactose)	Biscoito maria (sem lactose) Café com leite (Leite Zero Lactose)
5ª feira	Biscoito água e sal (sem lactose) Achocolatado sem lactose (Leite Zero Lactose)	Biscoito cream-cracker lactose) (sem Leite caramelizado (Leite Zero Lactose)	Mingau de cremogema (Leite Zero Lactose)	Biscoito maria (sem lactose) Leite com baunilha (Leite Zero Lactose)	Biscoito maisena (sem lactose) Leite caramelizado (Leite Zero Lactose)
6ª feira	Biscoito maria (sem lactose) Leite com baunilha (Leite Zero Lactose)	Mingau de aveia (Leite Zero Lactose)	Biscoito cream-cracker (sem lactose) Leite com baunilha (Leite Zero Lactose)	Biscoito rosquinha (chocolate) (sem lactose) Leite caramelizado (Leite Zero Lactose)	Biscoito cream-cracker(sem lactose) Achocolatado sem lactose (Leite Zero Lactose)

Larissa Castro
Nutricionista
CRN 20101146

Priscilla Moraes
Nutricionista
CRN 41310057

Fabiana Oliveira
Nutricionista
CRN 4 181004

Leticia Ramalho Braga
Nutricionista
CRN: 19100565

Dafne Rocha
Nutricionista
CRN: 45100248



CARDÁPIO 2020/2021 INTOLERÂNCIA A LACTOSE COLAÇÃO - INTEGRAL - Fevereiro / Setembro / Outubro / Novembro / Dezembro

	1º Semana	2º Semana	3º Semana	4º Semana	5º Semana
2ª feira	MAÇÃ	PERA	MAÇÃ	PERA	MAÇÃ
3ª feira	BANANA	MAMÃO	BANANA	MAMÃO	BANANA
4ª feira	PERA	MELANCIA	MELÃO	MELANCIA	MELÃO
5ª feira	LARANJA PERA	MAÇÃ	LARANJA PERA	MAÇÃ	LARANJA PERA
6ª feira	MAMÃO	LARANJA PERA	MAMÃO	LARANJA PERA	MAMÃO

Responsável Técnica

Duliane de Carvalho Rocha - CRN:15101218

Quando Técnica

Orlando Augusto dos Santos Vazquez de Mattos - CRN:13100567

Laryssa Cristina Fernandes Filho de Castro - CRN: 20101146

Leticia Ramalho Braga - CRN -19100565

Tamires de Oliveira e Souza - CRN -18100446

Leticia Castro
Nutricionista
CRN 20101114/6

Brigitte Vasques
Nutricionista
CRN-413100567

Tamires Oliveira
Nutricionista
CRN 4-18100446

Leticia Ramalho Braga
Nutricionista
CRN: 19100565

Duliane Rocha
Nutricionista
CRN:15101218



CARDÁPIO 2020/2021

INTOLERÂNCIA A LACTOSE

COLAÇÃO - INTEGRAL - Safra Caqui: Março / Abril / Maio

	1º Semana	2º Semana	3º Semana	4º Semana	5º Semana
2ª feira	CAQUI	PERA	MAÇA	PERA	MAÇA
3ª feira	BANANA	MAMÃO	BANANA	CAQUI	BANANA
4ª feira	PERA	CAQUI	MELÃO	MELANCIA	MELÃO
5ª feira	LARANJA PERA	MAÇA	CAQUI	MAÇA	CAQUI
6ª feira	MAMÃO	LARANJA PERA	MAMÃO	LARANJA PERA	MAMÃO

Responsável Técnica

Dafiane de Carvalho Rocha - CRN:19101218

Quadro Técnico

Bruno Soares dos Santos Vasques de Menezes - CRN:13100567

Laryssa Cristina Fernandes Filho de Castro - CRN: 20101146

Letícia Ramalho Braga - CRN : 19100565

Tamires de Oliveira e Souza - CRN : 18100446

Letícia Ramalho Braga
Nutricionista
CRN: 19101146

Bruno Vasques de Menezes
Nutricionista
CRN: 13100567

Tamires de Oliveira e Souza
Nutricionista
CRN: 18100446

Letícia Ramalho Braga
Nutricionista
CRN: 19100565

Dafiane de Carvalho Rocha
Nutricionista
CRN: 19101218



ESTADO DO RIO DE JANEIRO
Prefeitura Municipal de Mangaratiba
Secretaria Municipal de Educação, Esporte e Lazer
Diretoria de Nutrição

CARDÁPIO 2020/2021

INTOLERÂNCIA A LACTOSE

COLAÇÃO - INTEGRAL - Safra Tangerina: Junho / Julho / Agosto

	1º Semana	2º Semana	3º Semana	4º Semana	5º Semana
2ª feira	TANGERINA	PERA	MAÇA	PERA	MAÇA
3ª feira	BANANA	MAMÃO	BANANA	TANGERINA	BANANA
4ª feira	PERA	TANGERINA	MELÃO	MELANCIA	MELÃO
5ª feira	LARANJA PERA	MAÇA	TANGERINA	MAÇA	TANGERINA
6ª feira	MAMÃO	LARANJA PERA	MAMÃO	LARANJA PERA	MAMÃO

Responsável Técnica

Dalaine de Carvalho Rocha CRN:15101218

Quando Técnica

Bruno Isaura dos Santos Vasques de Matos - CRN:13100567

Laryssa Cristina Fernandes Filho de Castro - CRN: 20101146

Leticia Ramalho Braga - CRN: 19100565

Tamires de Oliveira e Souza - CRN: 18100446

Laryssa Castro

Nutricionista

CRN:20101146

Bruno Vasques de Matos

Nutricionista

CRN:13100567

Tamires Oliveira

Nutricionista

CRN:18100446

Leticia Ramalho Braga

Nutricionista

CRN: 19100565

Dalaine Rocha

Nutricionista

CRN:15101218



CARDÁPIO 2020/2021 INTOLERÂNCIA A LACTOSE ALMOÇO - INTEGRAL - Fevereiro/ Setembro/ Outubro/ Novembro / Dezembro

	1º Semana	2º Semana	3º Semana	4º Semana	5º Semana
2ª feira	<p>1º Feijão Arroz</p> <p>Ovos mexidos (cebola e orégano)</p> <p>Farofa de Cenoura (Sem margarina)</p> <p>Beterraba com cheiro verde</p> <p>Sob.: Melão</p>	<p>1º Feijão Arroz</p> <p>Jardinheira de legumes com carne moída (vagem e cenoura)</p> <p>Sob.: Maçã</p>	<p>1º Feijão Arroz</p> <p>Macarrão ao molho de tomate</p> <p>Ovo Cozido</p> <p>Duque de Abóbora e chuchu</p> <p>Sob.: Pera</p>	<p>1º Feijão Arroz</p> <p>Ovos mexidos (cebola e orégano)</p> <p>Salada de inhame e cenoura cozido com cheiro verde</p> <p>Sob.: Maçã</p>	<p>1º Feijão Arroz</p> <p>Carne seca acetolhada</p> <p>Quibebe (abóbora)</p> <p>Sob.: Abacaxi</p>
3ª feira	<p>1º Feijão Arroz</p> <p>Stroganoff de carne (Pá picada) (leite zero lactose)</p> <p>Arroz Colorido (Cenoura, milho, ervilha e batata palha)</p> <p>Sob.: Laranja Pera</p>	<p>1º Feijão Arroz</p> <p>Frango cozido (filé de peito)</p> <p>Purê de Inhame</p> <p>Beterraba cozida e sem margarina</p> <p>Sob.: Banana</p>	<p>1º Feijão Arroz</p> <p>Batata Soulé (sem margarina)</p> <p>Stroganoff de frango (filé de frango)</p> <p>Sob.: Abacaxi</p>	<p>1º Feijão Arroz</p> <p>Isca de figado</p> <p>Abobrinha refogada com tomate</p> <p>Purê de batata</p> <p>(leite zero lactose e sem margarina)</p> <p>Sob.: Melancia</p>	<p>1º Feijão Arroz</p> <p>Salada de chuchu e beterraba com cheiro verde</p> <p>Peixe cozido</p> <p>Sob.: Doce de abóbora</p>
4ª feira	<p>1º Feijão Arroz</p> <p>Frango Assado (Coxa e sobrecoxa)</p> <p>Abobrinha ao molho branco (leite zero lactose e sem margarina)</p> <p>Salada de Tomate</p> <p>Sob.: Banana</p>	<p>1º Feijão Arroz</p> <p>Omelete (cebola, tomate e espinafre)</p> <p>Quibebe (abóbora)</p> <p>Sob.: Pera</p>	<p>1º Feijão Arroz</p> <p>Vaca atolada (Pá inteira com alpin)</p> <p>Agrão Cozido</p> <p>Sob.: Melancia</p>	<p>1º Feijão Arroz</p> <p>Salpicão (filé de frango desfiado, cebola, tomate, cenoura, vagem, batata-palha) (creme de leite zero lactose)</p> <p>Sob.: Mamão</p>	<p>1º Feijão Arroz</p> <p>Arroz com brócolis</p> <p>Frango ensopado (filé de peito) com alpin</p> <p>Sob.: Banana</p>
5ª feira	<p>1º Feijão Arroz</p> <p>Couve refogada</p> <p>Carne moída ao Suço</p> <p>Sob.: Maçã</p>	<p>1º Feijão Arroz</p> <p>Moqueca de Peixe (cebola, pimentão, coentro)</p> <p>Sob.: Melancia</p>	<p>1º Feijão Arroz</p> <p>Frango Cozido (Coxa e Sobrecoxa)</p> <p>Polenta</p> <p>Couve picada e refogada</p> <p>Sob.: Banana</p>	<p>1º Feijão Arroz</p> <p>Carne Assada (Pá Inteira)</p> <p>Farofa de Couve</p> <p>Molho à campanha</p> <p>Sob.: Laranja Pera</p>	<p>1º Feijão Arroz</p> <p>Frango ensopado (filé de peito) com alpin</p> <p>Sob.: Abacaxi</p>
6ª feira	<p>1º Feijão Arroz</p> <p>Isca de Frango (Filé de Frango)</p> <p>Salada de batata e cenoura</p> <p>Sob.: Pera</p>	<p>1º Feijão Arroz</p> <p>Risoto (arroz, cenoura, cebola tomate, filé de frango desfiado)</p> <p>Sob.: Melancia</p>	<p>1º Feijão Arroz</p> <p>Figado acetolhado</p> <p>Salada de cenoura e batata doce (picada e cozida)</p> <p>Sob.: Laranja Pera</p>	<p>1º Feijão Arroz</p> <p>Frango Assado (Coxa e sobrecoxa)</p> <p>Salada de Abóbora e Couve flor cozida</p> <p>Sob.: Melão</p>	<p>1º Feijão Arroz</p> <p>Sufê de legumes (ovos, tomate e cebola)</p> <p>Creme de espinafre</p> <p>(leite zero lactose e sem margarina)</p> <p>Sob.: Laranja Pera</p>

Banco de Alimentos

Banco de Alimentos

Qualificação

Secretaria Municipal de Educação, Esporte e Lazer

Secretaria Municipal de Educação, Esporte e Lazer

Letícia Ramalho Braga
 Nutricionista
 CRN: 19100565

Tamires Oliveira
 Nutricionista
 CRN 4-1810044

Laryssa Castro
 Nutricionista
 CRN 20101146

CRN 20101146



CARDÁPIO 2020/2021 INIULERANCIA A LACTOSE ALMOÇO - INTEGRAL- Safra Caqui: Março / Abril / Maio

	1º Semana	2º Semana	3º Semana	4º Semana	5º Semana
2ª feira	<p>1º Feijão Arroz</p> <p>Ovos mexidos (cebola e orégano)</p> <p>Farofa de Cenoura (Sem margarina)</p> <p>Beterraba com cheiro verde</p> <p>Sob.: Melão</p>	<p>2º Feijão Arroz</p> <p>Jardineira de legumes com carne moída (vagem e cenoura)</p> <p>Sob.: Maçã</p>	<p>3º Feijão Arroz</p> <p>Macarão ao molho de tomate</p> <p>Ovo cozido</p> <p>Duque de Abóbora e chuchu</p> <p>Sob.: Pera</p>	<p>4º Feijão Arroz</p> <p>Ovos mexidos (cebola e orégano)</p> <p>Salada de Inhame e cenoura cozido com cheiro verde</p> <p>Sob.: Maçã</p>	<p>5º Feijão Arroz</p> <p>Carne seca acoboiada</p> <p>Quibebe (abobora)</p> <p>Sob.: Pera</p>
3ª feira	<p>1º Feijão Arroz</p> <p>Strogonoff de carne (Pá picada) (leite zero lactose)</p> <p>Arroz Colorido (Cenoura, milho, ervilha e batata palha)</p> <p>Sob.: Caqui</p>	<p>2º Feijão Arroz</p> <p>Omelete (cebola, tomate e espinafre)</p> <p>Quibebe (abobora)</p> <p>Sob.: Pera</p>	<p>3º Feijão Arroz</p> <p>Batata Soulé (sem margarina)</p> <p>Strogonoff de frango (File de Frango)</p> <p>Sob.: Abacaxi</p>	<p>4º Feijão Arroz</p> <p>Abobrinha refogada com tomate</p> <p>Puré de batata</p> <p>(leite zero lactose e sem margarina)</p> <p>Sob.: Melancia</p>	<p>5º Feijão Arroz</p> <p>Salada de chuchu e beterraba com cheiro verde</p> <p>Sob.: Caqui</p>
4ª feira	<p>1º Feijão Arroz</p> <p>Frango Assado (Coxa e sobrecoxa)</p> <p>Abobrinha ao molho branco (leite zero lactose e sem margarina)</p> <p>Salada de Tomate</p> <p>Sob.: Banana</p>	<p>2º Feijão Arroz</p> <p>Omelete (cebola, tomate e espinafre)</p> <p>Quibebe (abobora)</p> <p>Sob.: Pera</p>	<p>3º Feijão Arroz</p> <p>Vaca atolada (Pá inteira com alppim)</p> <p>Agrão Cozido</p> <p>Sob.: Caqui</p>	<p>4º Feijão Arroz</p> <p>Salpicão (file de frango desfiado, cebola, tomate, cenoura, vagem, batata-palha) (creme de leite zero lactose)</p> <p>Sob.: Caqui</p>	<p>5º Feijão Arroz</p> <p>Arroz com brócolis</p> <p>Frango ensopado (File de peito) com alppim</p> <p>Sob.: Banana</p>
5ª feira	<p>1º Feijão Arroz</p> <p>Couve refogada</p> <p>Carne moída ao Suço</p> <p>Sob.: Maçã</p>	<p>2º Feijão Arroz</p> <p>Moqueca de Peixe (cebola, pimentão, coentro)</p> <p>Sob.: Melancia</p>	<p>3º Feijão Arroz</p> <p>Frango Cozido (Coxa e Sobrecoxa)</p> <p>Polenta</p> <p>Couve picada e refogada</p> <p>Sob.: Banana</p>	<p>4º Feijão Arroz</p> <p>Carne Assada (Pá Inteira)</p> <p>Farofa de Couve</p> <p>Molho à campanha</p> <p>Sob.: Laranja Pera</p>	<p>5º Feijão Arroz</p> <p>Frango ensopado (File de peito) com alppim</p> <p>Sob.: Abacaxi</p>
6ª feira	<p>1º Feijão Arroz</p> <p>Isca de Frango (File de Frango)</p> <p>Seleta de batata e cenoura</p> <p>Sob.: Pera</p>	<p>2º Feijão Arroz</p> <p>Risoto (arroz, cenoura, cebola tomate, file de frango desfiado)</p> <p>Sob.: Doce de banana</p>	<p>3º Feijão Arroz</p> <p>Salada de cenoura e batata doce (picada e cozida)</p> <p>Sob.: Laranja Pera</p>	<p>4º Feijão Arroz</p> <p>Salada de Abóbora e Couve flor cozida</p> <p>Sob.: Melão</p>	<p>5º Feijão Arroz</p> <p>Suflê de legumes (ovos, tomate e cebola)</p> <p>Crema de espinafre</p> <p>(leite zero lactose e sem margarina)</p> <p>Sob.: Laranja Pera</p>

Heleniaraquel Leventis

Dianete de Carvalho Rocha - CRN 151012714

Giáudia Escrivão

Bruna Favaretto dos Santos Vasconcelos de Moraes CRN 13100667

Laryssa Cristiana Fernandes Filho do Carmo - CRN 20101146

Letícia Ramalho Braga - CRN 15100565

Tamires de Oliveira e Souza - CRN 18100446

Letícia Ramalho Braga
 Nutricionista
 CRN: 15100565

Tamires Oliveira
 Nutricionista
 CRN 4-18100446

Laryssa Castro
 Nutricionista
 CRN 20101146





CARDÁPIO 2020/2021 INTOLERÂNCIA A LACTOSE LANCHE - INTEGRAL

	1º Semana	2º Semana	3º Semana	4º Semana	5º Semana
2ª feira	Biscoito água e sal (sem lactose) Vitamina de abacate (leite zero lactose)	Biscoito maria (sem lactose) Café com leite (leite zero lactose)	Biscoito cream-cracker (sem lactose) Achiocolado sem lactose (leite zero lactose)	Biscoito rosquinha (chocolate) (sem lactose) Suco de abacaxi com hortelã	Bolo de banana (sem margarina e com leite zero lactose) Café com leite (leite zero lactose)
3ª feira	Bolo de laranja (sem margarina e sem leite) Café com leite (leite zero lactose)	Biscoito cream-cracker (sem lactose) Vitamina de "A" (Abobora) (leite zero lactose)	Biscoito maisena (sem lactose) Café com leite (leite zero lactose)	Mingau de maisena (leite zero lactose)	Biscoito cream-cracker (sem lactose) Achiocolado sem lactose (leite zero lactose)
4ª feira	Biscoito cream-cracker (sem lactose) Leite caramelizado (leite zero lactose)	Mingau de chocolate (leite zero lactose)	Biscoito água e sal (sem lactose) Vitamina de Mamão (leite zero lactose)	Biscoito maisena (sem lactose) Café com leite (leite zero lactose)	Biscoito rosquinha (leite) (sem lactose) Suco de laranja
5ª feira	Biscoito rosquinha (Leite) (sem lactose) Suco de Melancia	Biscoito água e sal (sem lactose) Vitamina de banana com aveia (leite zero lactose)	Bolo de fubá (sem margarina e com leite zero lactose) Café com leite (leite zero lactose)	Biscoito cream-cracker (sem lactose) Suco de laranja	Salada de Frutas com aveia (Banana, Mamão, maçã)
6ª feira	Mingau de maisena (leite zero lactose)	Bolo de cenoura (sem margarina e sem leite) Café com leite (leite zero lactose)	Mingau de aveia (leite zero lactose)	Biscoito maria (sem lactose) Vitamina de banana (leite zero lactose)	Biscoito água e sal (sem lactose) Café com leite (leite zero lactose)

Representativa Técnica

Danielo de Carvalho Rocha - CRN:15101218

Quêro Técnico

Bruna Teaura dos Santos Vasquez do Matos - CRN:13100567

Laryssa Chelina Fernandes Filho de Castro - CRN: 20101146

Leticia Ramalho Braga - CRN: 19100565

Familes de Oliveira e Souza - CRN: 18100446

Laryssa Castro
Nutricionista
CRN 20101146

Bruna Vasquez
Nutricionista
CRN 13100567

Familes de Oliveira
Nutricionista
CRN 18100446

Leticia Ramalho Braga
Nutricionista
CRN: 19100565

Danielo Rocha
Nutricionista
CRN:15101218



ALERGIA AO LEITE DE VACA E LEITE DE SOJA

CARDÁPIO 2020/2021

DESJEJUM - 4 MESES A 5 MESES

	1º Semana	2º Semana	3º Semana	4º Semana	5º Semana
2ª feira	Mamadeira com Fórmula Extensamente Hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)	Mamadeira com Fórmula Extensamente Hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)	Mamadeira com Fórmula Extensamente Hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)	Mamadeira com Fórmula Extensamente Hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)	Mamadeira com Fórmula Extensamente Hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)
3ª feira	Mamadeira com Fórmula Extensamente Hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)	Mamadeira com Fórmula Extensamente Hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)	Mamadeira com Fórmula Extensamente Hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)	Mamadeira com Fórmula Extensamente Hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)	Mamadeira com Fórmula Extensamente Hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)
4ª feira	Mamadeira com Fórmula Extensamente Hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)	Mamadeira com Fórmula Extensamente Hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)	Mamadeira com Fórmula Extensamente Hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)	Mamadeira com Fórmula Extensamente Hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)	Mamadeira com Fórmula Extensamente Hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)
5ª feira	Mamadeira com Fórmula Extensamente Hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)	Mamadeira com Fórmula Extensamente Hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)	Mamadeira com Fórmula Extensamente Hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)	Mamadeira com Fórmula Extensamente Hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)	Mamadeira com Fórmula Extensamente Hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)
6ª feira	Mamadeira com Fórmula Extensamente Hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)	Mamadeira com Fórmula Extensamente Hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)	Mamadeira com Fórmula Extensamente Hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)	Mamadeira com Fórmula Extensamente Hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)	Mamadeira com Fórmula Extensamente Hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)

Responsável Técnica

Debaine de Carvalho Rocha - CRN:15101218

Quintia Tescina

Bruna Isaura dos Santos Marques de Mattos - CRN:11100557

Laryssa Cristina Fernandes Filho de Castro - CRN: 20101145

Letícia Ramalho Braga - CRN: 19100555

Tamires de Oliveira e Souza - CRN: 18100445

Letícia Ramalho Braga

Nutricionista

CRN: 19100555

Laryssa Castro

Nutricionista

CRN: 20101145

Bruna Marques

Nutricionista

CRN: 11100557

Tamires Oliveira

Nutricionista

CRN: 18100445





CARDÁPIO 2020/2021

COLAÇÃO - 4 MESES A 5 MESES

	1º Semana	2º Semana	3º Semana	4º Semana	5ª Semana
2ª feira	Papa de maçã	Papa de pera	Papa de maçã	Papa de pera	Papa de maçã
3ª feira	Papa de banana	Papa de mamão	Papa de pera	Papa de mamão	Papa de banana
4ª feira	Papa de pera	Papa de maçã	Papa de banana	Papa de banana	Papa de pera
5ª feira	Papa de banana	Papa de pera	Papa de mamão	Papa de pera	Papa de banana
6ª feira	Papa de mamão	Papa de maçã	Papa de banana	Papa de maçã	Papa de mamão

Recepcionista Leticia

Danielo do Carvalho Rocha - CRN:15101218

Quelleya Teixeira

Dianna Tassara dos Santos Vasques de Mattos - CRN:13300557

Laryssa Cristina Fernandes Filho de Castro - CRN: 20101146

Leticia Ramalho Braga - CRN :19100555

Tamires de Oliveira e Souza - CRN :10100446

Carlyssa Castro
Nutricionista
CRN 20101146

Bruna Vasques
Nutricionista
CRN-41330561

Tamires Oliveira
Nutricionista
CRN 4-18100446

Leticia Ramalho Braga
Nutricionista
CRN: 19100565



CARDÁPIO 2020/2021

ALMOÇO - 4 MESES A 5 MESES

	1º Semana	2º Semana	3º Semana	4º Semana	5ª Semana
2ª feira	Papa líquida Batata Inglesa cozida e amassada Cenoura cozida e amassada Caldo de frango (Filé de Frango)	Papa líquida Inhame cozido e amassado Abobrinha refogada e amassada Caldo de Carne (Pá picada)	Papa líquida Abóbora cozida e amassada Cará cozido e amassado Caldo de carne (Músculo)	Papa líquida Inhame cozida e amassada Abóbora cozido e amassado Caldo de frango(Filé de frango)	Papa líquida Cará cozido e amassado Cenoura cozida e amassado Caldo de carne (Músculo)
3ª feira	Papa líquida Inhame cozido e amassado Chuchu cozido e amassado Caldo de Carne (Pá picada)	Papa líquida Chuchu cozido e amassado Batata baroa cozida e amassada Caldo de frango (Filé de Frango)	Papa líquida Batata doce cozido e amassado Chuchu cozido e amassado Caldo de frango (Filé de Frango)	Papa líquida Batata baroa cozida e amassada Cenoura cozida e amassada Caldo de carne (músculo)	Papa líquida Batata Inglesa cozida e amassada Abóbora cozida e amassada Caldo de frango (Filé de Frango)
4ª feira	Papa líquida Cará cozido e amassado Abóbora cozido e amassado Caldo de frango (Filé de Frango)	Papa líquida Cenoura cozida e amassada Batata doce cozida e amassada Caldo de Carne (Músculo)	Papa líquida Inhame cozido e amassado Abóbora cozido e amassado Caldo de carne (Pá picada)	Papa líquida Batata Inglesa cozida e amassada Abobrinha cozida e amassada Caldo de frango (Filé de Frango)	Papa líquida Alpim cozido e amassado Cenoura cozida e amassada Caldo de Carne (Pá picada)
5ª feira	Papa líquida Alpim cozido e amassado Chuchu cozido e amassado Caldo de Carne (Músculo)	Papa líquida Abóbora cozido e amassado Cará cozido e amassado Caldo de frango (Filé de Frango)	Papa líquida Batata baroa cozida e amassada Abobrinha cozida e amassada Caldo de frango (Filé de Frango)	Papa líquida Inhame cozido e amassado Abóbora cozida e amassado Caldo de Carne (Pá picada)	Papa líquida Cará cozido e amassado Chuchu cozido e amassado Caldo de frango (Filé de Frango)
6ª feira	Papa líquida Batata baroa cozida e amassada Cenoura cozida e amassada Caldo de frango (Filé de Frango)	Papa líquida Cenoura cozida e amassada Abobrinha cozida e amassada Caldo de Carne (Pá picada)	Papa líquida Chuchu cozido e amassado Batata doce cozida e amassada Caldo de carne (Músculo)	Papa líquida Batata baroa cozida e amassada Chuchu cozido e amassado Caldo de frango (Filé de Frango)	Papa líquida Inhame cozido e amassado Abóbora cozida e amassada Caldo de carne (músculo)

Responsável Técnica

Dulaine de Carvalho Rocha -CRN-15101218

Quando Técnico

Bruna Inara dos Santos Vasques de Matos -CRN-13100567

Laryssa Cristina Fernandes Filho de Castro - CRN 20101146

Leticia Ramalho Braga - CRN 19100565

Tamires de Oliveira e Souza -CRN -18100446

Leticia Ramalho Braga

Nutricionista

CRN: 19100565

Laryssa Castro

Nutricionista

CRN: 20101146

Bruna Vasques

Nutricionista

CRN-13100567

Tamires Oliveira

Nutricionista

CRN 4-18100446



CARDÁPIO 2020/2021

LANCHE - 4 MESES A 5 MESES

	1º Semana	2º Semana	3º Semana	4º Semana	5º Semana
2ª feira	Mamadeira com Fórmula Extensamente Hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)	Mamadeira com Fórmula Extensamente Hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)	Mamadeira com Fórmula Extensamente Hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)	Mamadeira com Fórmula Extensamente Hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)	Mamadeira com Fórmula Extensamente Hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)
3ª feira	Mamadeira com Fórmula Extensamente Hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)	Mamadeira com Fórmula Extensamente Hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)	Mamadeira com Fórmula Extensamente Hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)	Mamadeira com Fórmula Extensamente Hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)	Mamadeira com Fórmula Extensamente Hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)
4ª feira	Mamadeira com Fórmula Extensamente Hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)	Mamadeira com Fórmula Extensamente Hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)	Mamadeira com Fórmula Extensamente Hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)	Mamadeira com Fórmula Extensamente Hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)	Mamadeira com Fórmula Extensamente Hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)
5ª feira	Mamadeira com Fórmula Extensamente Hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)	Mamadeira com Fórmula Extensamente Hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)	Mamadeira com Fórmula Extensamente Hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)	Mamadeira com Fórmula Extensamente Hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)	Mamadeira com Fórmula Extensamente Hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)
6ª feira	Mamadeira com Fórmula Extensamente Hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)	Mamadeira com Fórmula Extensamente Hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)	Mamadeira com Fórmula Extensamente Hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)	Mamadeira com Fórmula Extensamente Hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)	Mamadeira com Fórmula Extensamente Hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)

Responsável Técnica

Doliane de Carvalho Rocha - CRN:15101218

Quadrado Leticia
 Bruno Isaura dos Santos Vasques de Matos - CRN:13100557

Laryssa Cristina Fernandes Filho de Castro - CRN: 20101146

Leticia Ramalho Braga - CRN: 19100565

Tamires de Oliveira e Souza - CRN: 18100446

Leticia Ramalho Braga
 Nutricionista
 CRN: 19100565

Laryssa Castro
 Nutricionista
 CRN: 20101146

Doliane de Carvalho Rocha
 Nutricionista
 CRN: 15101218

Bruna Vasques
 Nutricionista
 CRN: 43300567

Tamires de Oliveira
 Nutricionista
 CRN: 18100446



CARDÁPIO 2020/2021

JANTAR - 4 MESES A 5 MESES

	1º Semana	2º Semana	3º Semana	4º Semana	5º Semana
2ª feira	Mamadeira com Fórmula Extensamente Hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)	Mamadeira com Fórmula Extensamente Hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)	Mamadeira com Fórmula Extensamente Hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)	Mamadeira com Fórmula Extensamente Hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)	Mamadeira com Fórmula Extensamente Hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)
3ª feira	Mamadeira com Fórmula Extensamente Hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)	Mamadeira com Fórmula Extensamente Hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)	Mamadeira com Fórmula Extensamente Hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)	Mamadeira com Fórmula Extensamente Hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)	Mamadeira com Fórmula Extensamente Hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)
4ª feira	Mamadeira com Fórmula Extensamente Hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)	Mamadeira com Fórmula Extensamente Hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)	Mamadeira com Fórmula Extensamente Hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)	Mamadeira com Fórmula Extensamente Hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)	Mamadeira com Fórmula Extensamente Hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)
5ª feira	Mamadeira com Fórmula Extensamente Hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)	Mamadeira com Fórmula Extensamente Hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)	Mamadeira com Fórmula Extensamente Hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)	Mamadeira com Fórmula Extensamente Hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)	Mamadeira com Fórmula Extensamente Hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)
6ª feira	Mamadeira com Fórmula Extensamente Hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)	Mamadeira com Fórmula Extensamente Hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)	Mamadeira com Fórmula Extensamente Hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)	Mamadeira com Fórmula Extensamente Hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)	Mamadeira com Fórmula Extensamente Hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)

Responsável Técnica

Dafiane de Carvalho Rocha - CRN:15101218

Quênia Távila

Bruna Inaura dos Santos Vinhas de Moutas - CRN:13100567

Laryssa Cristina Fernandes Filho de Castro - CRN: 20101146

Leidice Ramalho Braga - CRN: 19100965

Tamires de Oliveira e Souza - CRN: 18100446

Leidice Ramalho Braga
Nutricionista
CRN: 19100965

CRN: 18100565

Laryssa Castro
Nutricionista
CRN: 20101146

CRN: 20101146

Bruna Vinhas
Nutricionista
CRN: 13100567

CRN: 13100567

Tamires Oliveira
Nutricionista
CRN: 18100446

CRN: 18100446



ALERGIA AO LEITE DE VACA E LEITE DE SOJA

CARDÁPIO 2020/2021

DESJEJUM - 2 ANOS A 3 ANOS 11 MESES

	1ª Semana	2ª Semana	3ª Semana	4ª Semana	5ª Semana
2ª feira	Mingau de milho com leite de arroz	Biscoito água e sal Sem Lactose Açocolado Sem Lactose com leite de arroz	Biscoito maria Sem Lactose Leite caramelizado (Leite de Arroz)	Mingau de chocolate Sem Lactose com leite de arroz	Biscoito água e sal Sem Lactose Leite com baunilha (leite de arroz)
3ª feira	Biscoito cream-cracker Sem Lactose Leite caramelizado (Leite de Arroz)	Biscoito rosquinha Sem Lactose (Sabor Leite) Café com leite (Leite de Arroz)	Biscoito água e sal Sem Lactose Açocolado Sem Lactose com leite de arroz	Biscoito cream-cracker Sem Lactose Café com leite (Leite de Arroz)	Mingau de milho com leite de arroz
4ª feira	Biscoito rosquinha Sem Lactose (Sabor Leite) Café com leite (Leite de Arroz)	Biscoito água e sal Sem Lactose Leite com baunilha (leite de arroz)	Biscoito rosquinha Sem Lactose (Sabor Leite) Café com leite (Leite de Arroz)	Biscoito milho Sem Lactose Açocolado Sem Lactose com leite de arroz	Biscoito água e sal Sem Lactose Café com leite (Leite de Arroz)
5ª feira	Biscoito água e sal Sem Lactose Açocolado Sem Lactose com leite de arroz	Biscoito cream-cracker Sem Lactose Leite caramelizado (Leite de Arroz)	Mingau de cremosoma com leite de arroz	Biscoito maria Sem Lactose Leite com baunilha (leite de arroz)	Biscoito milho Sem Lactose Leite caramelizado (Leite de Arroz)
6ª feira	Biscoito maria Sem Lactose Leite com baunilha (leite de arroz)	Mingau de aveia com leite de arroz	Biscoito cream-cracker Sem Lactose Leite com baunilha (leite de arroz)	Biscoito rosquinha Sem Lactose (Sabor Chocolate) Leite caramelizado (Leite de Arroz)	Biscoito cream-cracker Sem Lactose Açocolado Sem Lactose com leite de arroz

Responsável Técnica
 Unidade de Criança Boia - CRM 151017/RS

Quilbe Fêdler
 Dietista
 Hospital Santa Maria e São José - CRM 131092/RS
 Larissa Cristina F. Lourenço Filho de Castro - CRM: 20101148
 Letícia Ramalho Braga - CRM: 191005655
 Tereza de Oliveira e Souza - CRM: 18100416

Letícia Ramalho Braga
 Nutricionista
 CRM: 191005655

Larissa Castro
 Nutricionista
 CRM: 20101148

Fabiana Oliveira
 Nutricionista
 CRM: 413100567

Bruna Vasques
 Nutricionista
 CRM: 413100567



ESTADO DO RIO DE JANEIRO
 Prefeitura Municipal de Mangaratiba
 Secretaria Municipal de Educação, Esporte e Lazer
 Diretoria de Nutrição

ALERGIA AO LEITE DE VACA E LEITE DE SOJA

CARDÁPIO 2020/2021 COLAÇÃO - 2 ANOS A 3 ANOS 11 MESES - Fevereiro / Setembro / Outubro / Novembro / Dezembro

	1º Semana	2º Semana	3º Semana	4º Semana	5º Semana
2ª feira	MAÇÃ	PERA	MAÇÃ	PERA	MAÇÃ
3ª feira	BANANA	MAMÃO	BANANA	MAMÃO	BANANA
4ª feira	PERA	MELANCIA	MELÃO	MELANCIA	MELÃO
5ª feira	LARANJA LIMA	MAÇÃ	LARANJA LIMA	MAÇÃ	LARANJA LIMA
6ª feira	MAMÃO	LARANJA LIMA	MAMÃO	LARANJA LIMA	MAMÃO

Responsável Técnica

Dulcine de Carvalho Rocha - CRM:15101218

Responsável Técnico

Bruna Isaura dos Santos Vasques de Mattos - CRM:13100567

Laryssa Cristhina Fernandes Filho de Castro - CRM: 20101146

Letícia Rinalinho Braga - CRM: 19100565

François de Oliveira e Souza - CRM: 18100446

Letícia Rinalinho Braga

Nutricionista

CRM: 19100565

Laryssa Castro

Nutricionista

CRM: 20101146

Bruna Vasques

Nutricionista

CRM: 13100567

François Oliveira

Nutricionista

CRM: 18100446



ESTADO DO RIO DE JANEIRO
Prefeitura Municipal de Mangaratiba
Secretaria Municipal de Educação, Esporte e Lazer
Diretoria de Nutrição

ALERGIA AO LEITE DE VACA E LEITE DE SOJA

CARDÁPIO 2020/2021

COLAÇÃO - 2 ANOS A 3 ANOS 11 MESES - Safra Caqui: Março / Abril / Maio

	1º Semana	2º Semana	3º Semana	4º Semana	5º Semana
2ª feira	CAQUI	PERA	MAÇÃ	PERA	MAÇÃ
3ª feira	BANANA	MAMÃO	BANANA	CAQUI	BANANA
4ª feira	PERA	CAQUI	MELÃO	MELANCIA	MELÃO
5ª feira	LARANJA LIMA	MAÇÃ	CAQUI	MAÇÃ	CAQUI
6ª feira	MAMÃO	LARANJA LIMA	MAMÃO	LARANJA LIMA	MAMÃO

Responsável Técnica

Danielle de Carvalho Rocha - CRN:1510718

Quelma Teóbaldo

Bruna Isaura dos Santos Vasques de Mamos - CRN:13100657

Layssa Cristina Fernandes Filho de Castro - CRN: 20101146

Leidicia Romalho Braga - CRN: 19100555

Tamires de Oliveira e Souza - CRN: 18100446

Leidicia Romalho Braga
Nutricionista
CRN: 19100555

Layssa Cristina
Nutricionista
CRN: 20101146

Layssa de Castro
Nutricionista
CRN: 20101146

Layssa de Castro
Nutricionista
CRN: 20101146

Bruna Vasques
Nutricionista
CRN: 13100657

Bruna Vasques
Nutricionista
CRN: 13100657

Tamires de Oliveira
Nutricionista
CRN: 18100446

Tamires de Oliveira
Nutricionista
CRN: 18100446



ALERGIA AO LEITE DE VACA E LEITE DE SOJA

CARDÁPIO 2020/2021

COLAÇÃO - 2 ANOS A 3 ANOS 11 MESES - Safra Tangerina: Junho / Julho / Agosto

	1º Semana	2º Semana	3º Semana	4º Semana	5º Semana
2ª feira	TANGERINA	PERA	MAÇÃ	PERA	MAÇÃ
3ª feira	BANANA	MAMÃO	BANANA	TANGERINA	BANANA
4ª feira	PERA	TANGERINA	MELÃO	MELANCIA	MELÃO
5ª feira	LARANJA LIMA	MAÇÃ	TANGERINA	MAÇÃ	TANGERINA
6ª feira	MAMÃO	LARANJA LIMA	MAMÃO	LARANJA LIMA	MAMÃO

Responsável Técnica

Daniene de Carvalho Rocha - CRN:15101218

Quelida Tescoto

Diána Ramiro dos Santos Vasques de Matos - CRN:13100567

Laryssa Cristina Ferrnandes Filho de Castro - CRN: 20101146

Leidice Ramalho Braga - CRN -19100565

Famíres de Oliveira e Souza - CRN - 18160446

Leidice Ramalho Braga
Nutricionista
CRN: 19100565

Laryssa Castro
Nutricionista
CRN: 20101146

Laryssa Castro
Nutricionista
CRN: 20101146

Diána Ramiro dos Santos Vasques
Nutricionista
CRN: 13100567

Famíres de Oliveira
Nutricionista
CRN: 18160446



ALERGIA AO LEITE DE VACA E LEITE DE SOJA

CARDÁPIO 2020/2021 ALMOÇO - 2 ANOS A 3 ANOS 11 MESES - Fevereiro/ Setembro/ Outubro/ Novembro / Dezembro

	1º Semana	2º Semana	3º Semana	4º Semana	5ª Semana
2ª feira	Ovos mexidos (cebola e orégano) Farofa de Cenoura (sem margarina) Baterraba com chieiro verde Sob.: Melão Feijão	Jardineira de legumes com carne moída (vacum e cenoura) Sob.: Macá Feijão	Macarrão ao molho de tomate Ovo cozido Duque de Abóbora e chuchu Sob.: Pera Feijão	Ovos mexidos (cebola e orégano) Salada de inhame e cenoura cozido com chieiro verde Sob.: Macá Feijão	Carne-seca acobolada Quilibe (abóbora) Sob.: Pera Feijão
3ª feira	Arroz Colorido (Cantoura, milho, ervilha e batata palha) Carne picada (Pá picada) Sob.: Laranja Pera Feijão	Arroz Frango cozido (file de peito) Purê de Inhame (sem leite e sem margarina) Baterraba cozida com chieiro verde Sob.: Banana Feijão	Arroz com cenoura Batata Souk (sem margarina) Isca de Frango (File de Frango) Sob.: Abacaxi Feijão	Isca de frgado Abobrinha refogada com tomate Purê de batata (sem margarina e sem leite) Sob.: Melancia Feijão	Arroz Purê cozido Salada de chuchu e baterraba com chieiro verde Sob.: flocos de abóbora Feijão
4ª feira	Frango Assado (Coxa e sobrecoxa) Abobrinha Salada de Tomate Sob.: Banana Feijão	Onjele (cebola, tomate e espinafre) Quilibe (abóbora) Sob.: Pera Feijão	Vaca atolada (Pá inteira com alpin) Agnão Cozido Sob.: Melancia Feijão	Salpicão (file de frango desfiado, cebola, tomate, cenoura, vagem, batata-palha) (SEM CREME DE LEITE) Sob.: Mamão Feijão	Arroz com brocolis Frango ensopado (File de peito) com alpin Sob.: Banana Feijão
5ª feira	Polenta Couve refogada Carne moída ao Sugo Sob.: Macá Feijão	Moqueca de Peixe (cebola, pimentão, coentro) Sob.: Melancia Feijão	Frango Cozido (Coxa e Sobrecoxa) Polenta Couve picada e refogada Sob.: Banana Feijão	Carne Assada (Pá Inteira) Farofa de Couve (sem margarina) Molho à campanilha Sob.: Laranja Pera Feijão	Suflê de legumes (ovos, tomate e cebola) Espinafre picado Sob.: Abacaxi Feijão
6ª feira	Isca de Frango (File de Frango) Salada de batata e cenoura Sob.: Pera Feijão	Risoto (arroz, cenoura, cebola, tomate, file de frango desfiado) Sob.: Doce de banana Feijão	Figado acobolado Salada de cenoura e batata doce (picada e cozida) Sob.: Laranja Pera Feijão	Salada de Abóbora e Couve litor cozida Sob.: Melão Feijão	

Registral/Leontia
 Número de Cadastro: CNR:15109718
 Danielo Teixeira Santos Vazquez de Mello - CRN:1300851
 Larissa Cristina Fernandes Filho de Castro - CRN: 20107146
 Larissa de Souza - CRN: 2010835
 Larissa de Souza - CRN: 18100145

Renaldino Braga
 Nutricionista
 CRN: 19100565

Família Oliveira
 Nutricionista
 CRN 4-18100145

Larissa Castro
 Nutricionista
 CRN 20101146

Dalaine Rocha
 Nutricionista
 CRN:15101218



ESTADO DO RIO DE JANEIRO
 Prefeitura Municipal de Mangaratiba
 Secretaria Municipal de Educação, Esporte e Lazer
 Diretoria de Nutrição

ALERGIA AO LEITE DE VACA E LEITE DE SOJA

CARDÁPIO 2020/2021

ALMOÇO - 2 ANOS A 3 ANOS 11 MESES -

Safra Caju: Março / Abril / Maio

	1ª Semana	2ª Semana	3ª Semana	4ª Semana	5ª Semana
2ª feira	<p>Feijão Arroz Ovos mexidos (cebola e orégano) Farofa de Cenoura (sem margarina) Betrerraba com cheiro verde Sob.: Melão</p>	<p>Feijão Arroz Jandireira de leguminas com carne moída (vagem e cenoura) Sob.: Maça Feijão</p>	<p>Feijão Macaráo ao molho de tomate Ovo Cozido Daque de Abóbora e chuchu Sob.: Pera Feijão</p>	<p>Feijão Arroz Ovos mexidos (cebola e orégano) Salada de Inhame e cenoura cozido com cheiro verde Sob.: Maça Feijão</p>	<p>Feijão Arroz Carne seca acobalada Quebra (abóbora)</p>
3ª feira	<p>Arroz Colorido (Cenoura, milho, ervilha e batata palha) Carne picada (Pá picada) Sob.: Caju Feijão</p>	<p>Arroz Frango cozido (file de peito) Purê de Inhame (sem leite e sem margarina) Betrerraba cozida com cheiro verde Sob.: Caju Feijão</p>	<p>Arroz com cenoura Batata Soufê (sem margarina) Isca de frango (file de frango) Sob.: Abacaxi Feijão</p>	<p>Arroz Isca de frgado Abobrinha refogada com tomate Purê de batata (sem margarina e sem leite) Sob.: Melancia Feijão</p>	<p>Arroz Faxe cozido Salada de chuchu e beterraba com cheiro verde Sob.: Caju Feijão</p>
4ª feira	<p>Arroz Frango Assado (Coxa e sobrecoxa) Abobrinha Salada de Tomate Sob.: Banana Feijão</p>	<p>Arroz Omelete (cebola, tomate e espinafre) Quibeba (abóbora) Sob.: Pera Feijão</p>	<p>Arroz Vaca atolada (Pá inteira com alpin) Agrido Cozido Sob.: Caju Feijão</p>	<p>Arroz Salpicão (file de frango desfiado, cebola, tomate, cenoura, vagem, batata palha) (SEM CREME DE LEITE) Sob.: Caju Feijão</p>	<p>Arroz Frango empagado (file de peito) com alpin Sob.: Banana Feijão</p>
5ª feira	<p>Arroz Polenta Couve refogada Carne moída ao Sugo Sob.: Maça Feijão</p>	<p>Arroz Pirão Moqueca de Peixe (cebola, pimentão, coentro) Sob.: Melancia Feijão</p>	<p>Arroz Frango Cozido (Coxa e Sobrecoxa) Polenta Couve picada e refogada Sob.: Banana Feijão</p>	<p>Arroz Carne Assada (Pá Inteira) Farofa de Couve (sem margarina) Milho à campainha Sob.: Laranja Pera Feijão</p>	<p>Arroz Frango Assado (Coxa e sobrecoxa) Sob.: Laranja Pera Feijão</p>
6ª feira	<p>Arroz Isca de Frango (file de Frango) Salada de batata e cenoura Sob.: Pera Feijão</p>	<p>Arroz Risoto (arroz, cenoura, cebola, tomate, file de frango desfiado) Sob.: Doce de banana Feijão</p>	<p>Arroz Figado acobalado Salada de cenoura e batata doce (picada e cozida) Sob.: Laranja Pera Feijão</p>	<p>Arroz Salada de Abóbora e Couve flor cozida Sob.: Melão Feijão</p>	<p>Arroz Suflê de legumes (ovos, tomate e cebola) Espinafre picado Sob.: Laranja Pera Feijão</p>

Responsável Técnica
 Natassya de Carvalho Rocha - CRN 15101218
 Diretora Técnica
 Diana Ferraz dos Santos Vaqueiro de Moraes - CRN 13100562
 Laysra Cristina Fernandes Filho de Castro - CRN 20101146
 Lucila Romalho Braga - CRN 19100465
 Izabela de Oliveira e Souza - CRN 18000465

Lucy Romalho Braga
 Nutricionista
 CRN: 19100565

Lucyssa de Castro
 Nutricionista
 CRN 20101146

Família Oliveira
 Nutricionista
 CRN 4-13100145

Dolores Pereira
 Nutricionista
 CRN 15101218



ALERGIA AO LEITE DE VACA E LEITE DE SOJA

CARDÁPIO 2020/2021

ALMOÇO - 2 ANOS A 3 ANOS 11 MESES -

Safra Tangerina: Junho / Julho / Agosto

	1ª Semana	2ª Semana	3ª Semana	4ª Semana	5ª Semana
2ª feira	Ovos mexidos (cebola e orégano) Farofa de Cenoura (sem margarina) Bateraba com cheiro verde Sob.: Melão Feijão	Jardineira de legumes com carne moída (vagem e cenoura) Sob.: Maça Feijão	Macarrão ao molho de tomate Ovo cozido Duque de Abóbora e chuchu Sob.: Pera Feijão	Ovos mexidos (cebola e orégano) Salada de Inhame e cenoura cozido com cheiro verde Sob.: Maça Feijão	Carnes secas acoboladas (Queijo (abóbora)) Sob.: Pera Feijão
3ª feira	Arroz Colondo (Cenoura, milho, ervilha e batata palha) Carne picada (Pá picada) Sob.: Tangerina Feijão	Arroz Frango cozido (filé de peixe) Purê de Inhame (sem leite e sem margarina) Bateraba cozida com cheiro verde Sob.: Tangerina Feijão	Arroz com cenoura Batata Soufflé (sem margarina) Isca de Frango (Filé de Frango) Sob.: Abacaxi Feijão	Isca de frgado Abobrinha refogada com tomate Purê de batata (sem margarina e sem leite) Sob.: Melancia Feijão	Arroz Fexco cozido Salada de crúcuti e bateraba com cheiro verde Sob.: Tangerina Feijão
4ª feira	Frango Assado (Coxa e sobrecoxa) Abobrinha Salada de Tomate Sob.: Banana Feijão	Omelete (cebola, tomate e espinafre) Quibe (abóbora) Sob.: Pera Feijão	Vaca almeada (Pá inteira com alpin) Agnão Cozido Sob.: Tangerina Feijão	Salpicão (filé de frango desfiado, cebola, tomate, cenoura, vagem, batata-palha) (SEM CREME DE LEITE) Sob.: Tangerina Feijão	Arroz com brocolis Frango ensopado (Filé de peixe) com alpin Sob.: Banana Feijão
5ª feira	Polenta Couve refogada Carne moída ao Sugo Sob.: Maça Feijão	Moqueca de Peixe (cebola, pimentão, coentro) Sob.: Melancia Feijão	Frango Cozido (Coxa e Sobrecoxa) Polenta Couve picada e refogada Sob.: Banana Feijão	Carne Assada (Pá Inteira) Farofa de Couve (sem margarina) Molho à campanilha Sob.: Laranja Pera Feijão	Suflê de legumes (ovos, tomate e cebola) Espinafre picado Sob.: Abacaxi Feijão
6ª feira	Isca de Frango (Filé de Frango) Salada de batata e cenoura Sob.: Uvoce de banana Feijão	Risoto (arroz, cenoura, cebola tomate, file de frango desfiado) Sob.: Uvoce de banana Feijão	Figado acobolado Salada de cenoura e batata doce (picada e cozida) Sob.: Laranja Pera Feijão	Salada de Abóbora e Couve flor cozida Sob.: Melão Feijão	

Respostas e Leituras
 Dolores de Carvalho Rocha - CRN 151002718
 Daniela Tedesco
 Bruna Isaura dos Santos Veiros de Mattos - CRN 131002687
 Larissa Cristina Fernandes Filipe do Carmo - CRN 26101154
 Larissa Izabela Braga - CRN 191000565
 Tainara de Oliveira Souza - CRN 191000486

Larissa Kamalho Braga
 Nutricionista
 CRN: 19100565

Larissa Castro
 Nutricionista
 CRN 201011146

Carla Mendes Oliveira
 Nutricionista
 CRN 718100027

Deborah Pereira
 Nutricionista
 CRN 191000273



ALERGIA AO LEITE DE VACA E LEITE DE SOJA

CARDÁPIO 2020/2021

LANCHE - 2 ANOS A 3 ANOS 11 MESES

	1º Semana	2º Semana	3º Semana	4º Semana	5º Semana
2ª feira	Biscoito água e sal Sem Lactose Vitamina de abacate com leite de arroz	Biscoito maria Sem Lactose Café com leite (Leite de Arroz)	Biscoito cream-cracker Sem Lactose Achoocolado Sem Lactose com leite de arroz	Biscoito rosquinha Sem Lactose (Sabor Chocolate) Suco de abacaxi com hortelã	Bolo de banana (Sem leite e Sem Margarina) Café com leite (Leite de Arroz)
3ª feira	Bolo de laranja (Sem leite e Sem Margarina) Café com leite (Leite de Arroz)	Biscoito cream-cracker Sem Lactose Vitamina "A" com leite de arroz (Abóbora)	Biscoito maisena Sem Lactose Café com leite (Leite de Arroz)	Mingau de maisena com leite de arroz	Biscoito creamcracker Sem Lactose Achoocolado Sem Lactose com leite de arroz
4ª feira	Biscoito cream-cracker Sem Lactose Leite caramelizado (Leite de Arroz)	Mingau de chocolate Sem Lactose com leite de arroz	Biscoito água e sal Sem Lactose Vitamina de mamão com leite de arroz	Biscoito maisena Sem Lactose Café com leite (Leite de Arroz)	Biscoito rosquinha Sem Lactose (Sabor Leite) Suco de laranja
5ª feira	Biscoito rosquinha Sem Lactose (Sabor Leite) Suco de Melancia	Biscoito água e sal Sem Lactose Vitamina de banana com aveia com leite de arroz	Bolo de fubá (Sem leite e Sem Margarina) Café com leite (Leite de Arroz)	Biscoito cream-cracker Sem Lactose Suco de limão	Salada de frutas com aveia (Banana, Mamão, maçã)
6ª feira	Mingau de maisena com leite de arroz	Bolo de cenoura (Sem leite e Sem Margarina) Café com leite (Leite de Arroz)	Mingau de aveia com leite de arroz	Biscoito maria Sem Lactose Vitamina de banana com leite de arroz	Biscoito água e sal Sem Lactose Café com leite (Leite de Arroz)

Responsável Técnica

Dhiane de Carvalho Rocha - CRN:15101218

Quando Técnico

Rianna Moura dos Santos Vasques de Mattos - CRN:13100557

Langya Cristina Fernandes Filho de Castro - CRN: 20101146

Letícia Romalho Braga - CRN :19100565

Tatiane de Oliveira e Souza - CRN :18100446

Letícia Romalho Braga
Nutricionista
CRN: 19100565

Laryssa Castro
Nutricionista
CRN: 20101146

Tatiane de Oliveira
Nutricionista
CRN: 18100446

Syrmia Vasques
Nutricionista
CRN: 413100567



CARDÁPIO 2020/2021

JANTAR - 2 ANOS A 3 ANOS 11 MESES

	1º Semana	2º Semana	3º Semana	4º Semana	5º Semana
2ª feira	Sopa de abóbora e inhame carne desfiada (músculo) Sob.: Banana	Sopa de Legumes (alpim, abóbora, cenoura, repolho, couve e massinha) Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Melancia	Caldo verde (inhame, couve) Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Mamão	Polenta couve picada Carne desfiada (carne moída) Sob.: Melão	Sopa de inhame (couve e inhame) Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Banana
3ª feira	Sopa de feijão (massinha, batata inglesa, cenoura) Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Pera	Caldo verde com batata e couve carne desfiada (músculo) Sob.: Laranja Lima	Polenta com carne moída e agrião Sob.: Melão	Sopa de legumes (inhame, batata baroa, abóbora, massinha, chuchu) Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Maçã	Caldo de alpim Carne moída Sob.: Laranja Lima
4ª feira	Caldo de Alpim (Alpim, couve picada) carne desfiada (pá picada) Sob.: Laranja Lima	Sopa de Inhame (inhame e couve) Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Maçã	Sopa de feijão (massinha, batata inglesa, cenoura, beterraba) Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Laranja Lima	Caldo verde (batata inglesa, brócolis) carne desfiada (músculo) Sob.: Banana	Sopa de ervilha (Batata, cenoura) Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Mamão
5ª feira	Sopa de legumes (Batata doce, chuchu, cenoura abóbora, inhame e couve picada) Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Melão	Canjiquinha amarela Carne moída Sob.: Mamão	Sopa de inhame (inhame, cenoura) carne desfiada (músculo) Sob.: Pera	Canja (arroz, batata inglesa, cenoura, hortelã) Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Mamão	Caldo verde com batata, couve picada Carne desfiada (Pá Picada) Sob.: Melancia
6ª feira	Polenta com e agrião carne moída Sob.: Maçã	Caldo de abóbora (espinafre e abóbora) Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Melão	Canja (arroz, batata inglesa, cenoura, hortelã) Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Banana	Canjiquinha amarela carne moída Sob.: Pera	Sopa de legumes (chuchu, cenoura, batata doce cará, repolho e couve) Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Maçã

Responsável Técnica

Daniela de Carvalho Rocha - CRM: 15101718

Quelice Tescato
 Bruna Barros dos Santos Vasques de Mattos CRM: 13300567

Laryssa Cristiana Formanher Filho de Castro - CRM: 20101146

Letícia Romualdo Braga - CRM: 19180855

Franiele de Oliveira e Souza - CRM: 18100446

Letícia Romualdo Braga
 Nutricionista
 CRN: 191003565

Laryssa Castro
 Nutricionista
 CRN: 20101146

Bruna Vasques
 Nutricionista
 CRM: 13300567

Franiele de Oliveira
 Nutricionista
 CRM: 18100446

ALERGIA AO LEITE DE VACA E LEITE DE SOJA

CARDÁPIO 2020/2021

DESJEJUM - INTEGRAL

	1ª Semana	2ª Semana	3ª Semana	4ª Semana	5ª Semana
2ª feira	Mingau de milho com leite de arroz	Biscoito água e sal Sem Lactose Açocolado Sem Lactose com leite de arroz	Biscoito maria Sem Lactose Leite caramelizado (Leite de Arroz)	Mingau de chocolate Sem Lactose com leite de arroz	Biscoito água e sal Sem Lactose Leite com baunilha (leite de arroz)
3ª feira	Biscoito cream-cracker Sem Lactose Leite caramelizado (Leite de Arroz)	Biscoito rosquinha Sem Lactose (Sabor leite) Café com leite (Leite de Arroz)	Biscoito água e sal Sem Lactose Açocolado Sem Lactose com leite de arroz	Biscoito cream-cracker Sem Lactose Café com leite (Leite de Arroz)	Mingau de milho com leite de arroz
4ª feira	Biscoito rosquinha Sem Lactose (Sabor Leite) Café com leite (Leite de Arroz)	Biscoito água e sal Sem Lactose Leite com baunilha (leite de arroz)	Biscoito rosquinha Sem Lactose (Sabor Leite) Café com leite (Leite de Arroz)	Biscoito milho Sem Lactose Açocolado Sem Lactose com leite de arroz	Biscoito água e sal Sem Lactose Café com leite (Leite de Arroz)
5ª feira	Biscoito água e sal Sem Lactose Açocolado Sem Lactose com leite de arroz	Biscoito cream-cracker Sem Lactose Leite caramelizado (Leite de Arroz)	Mingau de cremograma com leite de arroz	Biscoito maria Sem Lactose Leite com baunilha (leite de arroz)	Biscoito milho Sem Lactose Leite caramelizado (Leite de Arroz)
6ª feira	Biscoito maria Sem Lactose Leite com baunilha (leite de arroz)	Mingau de aveia com leite de arroz	Biscoito cream-cracker Sem Lactose Leite com baunilha (leite de arroz)	Biscoito rosquinha Sem Lactose (Sabor Chocolate) Leite caramelizado (Leite de Arroz)	Biscoito cream-cracker Sem Lactose Açocolado Sem Lactose com leite de arroz

Responsável Escolar
 Osmara de Carvalho Braga - CRM 17302/216
 Responsável Escolar
 Rosângela de Souza - CRM 17302/216
 Responsável Escolar
 Regina e Nilene Evangelina de Fátima Castro - CRM 20083/216
 Luciana Bonfim Braga - CRM 17302/216
 Família de Alunos e Pais - CRM 17302/216

Leticia Ramalho Braga
 Nutricionista
 CRN: 19100565

Carolya Castro
 Nutricionista
 CRN: 0101146

Francineide
 Nutricionista
 CRN: 011010055

Graciele Vasques
 Nutricionista
 CRN: 013100567





ALERGIA AO LEITE DE VACA E LEITE DE SOJA

CARDÁPIO 2020/2021

COLAÇÃO - INTEGRAL - Fevereiro / Setembro / Outubro / Novembro / Dezembro

	1º Semana	2º Semana	3º Semana	4º Semana	5º Semana
2ª feira	MAÇÃ	PERA	MAÇÃ	PERA	MAÇÃ
3ª feira	BANANA	MAMÃO	BANANA	MAMÃO	BANANA
4ª feira	PERA	MELANCIA	MELÃO	MELANCIA	MELÃO
5ª feira	LARANJA LIMA	MAÇÃ	LARANJA LIMA	MAÇÃ	LARANJA LIMA
6ª feira	MAMÃO	LARANJA LIMA	MAMÃO	LARANJA LIMA	MAMÃO

Responsável Técnica

Daniene de Carvalho Rocha - CRN:1510218

Quêdo Teleno

Bruna Isaura dos Santos Vasquez de Mattos - CRN:13100567

Luyssa Cristina Fernandes Filho de Castro - CRN: 20101146

Leidice Romalho Braga - CRN :19100565

Franjais de Oliveira e Souza - CRN :18100446

Felicia Ramalho Braga
Nutricionista
CRN: 19100565

Larissa Castro
Nutricionista
CRN: 20101146

Bruna Vasques
Nutricionista
CRN: 433100567

Isaura
Nutricionista
CRN: 13100567



ESTADO DO RIO DE JANEIRO
Prefeitura Municipal de Mangaratiba
Secretaria Municipal de Educação, Esporte e Lazer
Diretoria de Nutrição

ALERGIA AO LEITE DE VACA E LEITE DE SOJA

CARDÁPIO 2020/2021

COLAÇÃO - INTEGRAL - Safra Caqui: Março / Abril / Maio

	1º Semana	2º Semana	3º Semana	4º Semana	5º Semana
2ª feira	CAQUI	PERA	MAÇÃ	PERA	MAÇÃ
3ª feira	BANANA	MAMÃO	BANANA	CAQUI	BANANA
4ª feira	PERA	CAQUI	MELÃO	MELANCIA	MELÃO
5ª feira	LARANJA LIMA	MAÇÃ	CAQUI	MAÇÃ	CAQUI
6ª feira	MAMÃO	LARANJA LIMA	MAMÃO	LARANJA LIMA	MAMÃO

Responsável Técnica

Dalaine de Carvalho Kochin - CRN:15101218

Quelco Técnico

Bruna Isaura dos Santos Vasques do Matos - CRN:13100567

Laryssa Cristina Fernandes Filho de Castro - CRN: 20101146

Letícia Romalho Braga - CRN - 19100565

Tamires de Oliveira e Souza - CRN - 18100446

Letícia Romalho Braga
Nutricionista
CRN: 19100565

Laryssa Castro
Nutricionista
CRN: 20101146

Bruna Vasques
Nutricionista
CRN: 13100567

Dalaine Kochin
Nutricionista
CRN: 15101218

Letícia Romalho Braga
Nutricionista
CRN: 19100565



ALERGIA AO LEITE DE VACA E LEITE DE SOJA

CARDÁPIO 2020/2021

COLAÇÃO - INTEGRAL - Safra Tangerina: Junho / Julho / Agosto

	1º Semana	2º Semana	3º Semana	4º Semana	5º Semana
2ª feira	TANGERINA	PERA	MAÇÃ	PERA	MAÇÃ
3ª feira	BANANA	MAMÃO	BANANA	TANGERINA	BANANA
4ª feira	PERA	TANGERINA	MELÃO	MELANCIA	MELÃO
5ª feira	LARANJA LIMA	MAÇÃ	TANGERINA	MAÇÃ	TANGERINA
6ª feira	MAMÃO	LARANJA LIMA	MAMÃO	LARANJA LIMA	MAMÃO

Responsável Técnica

Daniene de Carvalho Rocha - CRN: 15101218

Duodécio Escalife

Bruna Heura dos Santos Vasques de Moraes - CRN: 13100567

Laryssa Cristina Fernandes Filho de Castro - CRN: 20101146

Letícia Ramalho Braga - CRN: 19100955

Tamires de Oliveira e Souza - CRN: 18101046

Letícia Ramalho Braga
Nutricionista
CRN: 19100955

Letícia de Castro
Nutricionista
CRN: 20101146

Bruna Vasques
Nutricionista
CRN: 13100567

Daniene de Carvalho Rocha
Nutricionista
CRN: 15101218



ALERGIA AO LEITE DE VACA E LEITE DE SOJA

CARDÁPIO 2020/2021 ALMOÇO - INTEGRAL - Fevereiro/ Setembro/ Outubro/ Novembro / Dezembro

	1ª Semana	2ª Semana	3ª Semana	4ª Semana	5ª Semana
2ª feira	Feijão Arroz Ovos mexidos (cebola e orégano) Farofa de Cenoura (sem margarina) Baterraba com chierro verde Sob.: Melão	Feijão Arroz Jardineira de legumes com carne moída (vegem e cenoura) Sob.: Maçã	Feijão Arroz Macarrão ao molho de tomate Ovo Cozido Duque de Abóbora e chuchu Sob.: Pera	Feijão Arroz Ovos mexidos (cebola e orégano) Salada de inhame e cenoura cozido com chierro verde Sob.: Maçã	Feijão Arroz Carne seca acobalada Quibebe (abóbora) Sob.: Pera
3ª feira	Arroz Cenoura, milho, ervilha e batata palha) Carne picada (Pá picada) Sob.: Laranja Pera	Arroz Feijão Frango cozido (filé de peito) Purê de inhame (sem leite e sem margarina) Baterraba cozida com chierro verde Sob.: Banana	Arroz Feijão Batata Soulé (sem margarina) Isca de frango (filé de Frango) Sob.: Abacaxi	Arroz Feijão Isca de frango Abobrinha refogada com tomate Purê de batata (sem margarina e sem leite) Sob.: Melancia	Arroz Feijão Peixe cozido Salada de chuchu e baterraba com chierro verde Sob.: Pera
4ª feira	Arroz Frango Assado (Coxa e sobrecoxa) Abobrinha Salada de Tomate Sob.: Banana	Arroz Feijão Onetele (cebola, tomate e espinafre) Quibebe (abóbora) Sob.: Pera	Arroz Feijão Vaca atolada (Pá inteira com alipim) Agrido Cozido Sob.: Melancia	Arroz Feijão Salpicão (filé de frango desfiado, cebola, tomate, cenoura, vegem, batata palha) (SEM CREME DE LEITE) Sob.: Mamão	Arroz Feijão Frango ensopado (Filé de peito) com alipim Sob.: Banana
5ª feira	Arroz Polenta Couve refogada Carne moída ao Sugo Sob.: Maçã	Arroz Feijão Moqueca de Peixe (cebola, pimentão, coentro) Sob.: Melancia	Arroz Feijão Frango Cozido (Coxa e Sobrecoxa) Polenta Couve picada e refogada Sob.: Banana	Arroz Feijão Carne Assada (Pá Inteira) Farofa de Couve (sem margarina) Molho à campanha Sob.: Laranja Pera	Arroz Feijão Frango Assado (Coxa e sobrecoxa) Salada de Abóbora e Couve flor cozida Sob.: Melão
6ª feira	Arroz Isca de Frango (Filé de Frango) Soleta de batata e cenoura Sob.: Pera	Arroz Feijão Rissoto (arroz, cenoura, cebola, tomate, filé de frango desfiado) Sob.: Doce de banana	Arroz Feijão Figado acebolado Salada de cenoura e batata doce (picada e cozida) Sob.: Laranja Pera	Arroz Feijão Salada de Abóbora e Couve flor cozida Sob.: Melão	Arroz Feijão Sufilé de legumes (ovos, tomate e cebola) Espinafre picado Sob.: Laranja Pera

Responsável Técnica

Isidoro de Carvalho Rocha - CRM:1510716

Gerente Técnico

Dianna Maria dos Santos Vasquez de Alencar - CRM:1199657

Laryssa Cristine Fernandes Filho de Castro - CRM: 20181545

Letícia Simões Uiray - CRM: 15100565

Fabiana de Oliveira e Souza - CRM: 18100416

Letícia Simões Uiray
 Nutricionista
 CRM: 19100565

Laryssa Castro
 Nutricionista
 CRM 20101146



Tainara Oliveira
 Nutricionista
 CRM 4-18100446



CARDÁPIO 2020/2021

ALMOÇO - INTEGRAL -

Safra Caqui: Março / Abril / Maio

	1ª Semana	2ª Semana	3ª Semana	4ª Semana	5ª Semana
2ª feira	<p>1º Feijão</p> <p>Ovos mexidos (cebola e orégano) Farofa de Cenoura (sem margarina) Baterraba com cheiro verde Sob.: Melão</p>	<p>2º Feijão</p> <p>Jardineira de legumes com carne moída (vagem e cenoura) Sob.: Maçã</p>	<p>3º Feijão</p> <p>Macarão ao molho de tomate Ovo Cozido Duque de Abóbora e chuchu Sob.: Pera</p>	<p>4º Feijão</p> <p>Ovos mexidos (cebola e orégano) Salada de inhame e cenoura cozida com cheiro verde Sob.: Maçã</p>	<p>5º Feijão</p> <p>Carne seca acobolada Quibe (abóbora) Sob.: Pera</p>
3ª feira	<p>1º Feijão</p> <p>Arroz Colorido (Cenoura, milho, ervilha e batata palha) Carne picada (Pá picada) Sob.: Caqui</p>	<p>2º Feijão</p> <p>Arroz</p> <p>Frango cozido (filé de peito) Purê de Inhame (sem leite e sem margarina) Baterraba cozida com cheiro verde Sob.: Caqui</p>	<p>3º Feijão</p> <p>Arroz com cenoura Batata Soulé (sem margarina) Isca de Frango (Filé de Frango) Sob.: Abacaxi</p>	<p>4º Feijão</p> <p>Arroz</p> <p>Isca de frgado Abobrinha refogada com tomate Purê de batata (sem margarina e sem leite) Sob.: Melancia</p>	<p>5º Feijão</p> <p>Arroz</p> <p>Peixe cozido Salada de rúchua e baterraba com cheiro verde Sob.: Caqui</p>
4ª feira	<p>1º Feijão</p> <p>Arroz</p> <p>Frango Assado (Coxa e sobrecoxa) Abobrinha Salada de Tomate Sob.: Banana</p>	<p>2º Feijão</p> <p>Arroz</p> <p>Omelete (cebola, tomate e espinafre) Quibe (abóbora) Sob.: Pera</p>	<p>3º Feijão</p> <p>Arroz</p> <p>Vaca atolada (Pá inteira com apim) Agrião Cozido Sob.: Caqui</p>	<p>4º Feijão</p> <p>Arroz</p> <p>Salpicão (filé de frango desfiado, cebola, tomate, cenoura, vagem, batata-palha) (SEM CREME DE LEITE) Sob.: Caqui</p>	<p>5º Feijão</p> <p>Arroz</p> <p>Arroz com brocolis Frango ensopado (Filé de peito) com apim Sob.: Banana</p>
5ª feira	<p>1º Feijão</p> <p>Arroz</p> <p>Polenta Couve refogada Carne moída ao Sugo Sob.: Maçã</p>	<p>2º Feijão</p> <p>Arroz</p> <p>Moqueca de Peixe (cebola, pimentão, coentro) Sob.: Melancia</p>	<p>3º Feijão</p> <p>Arroz</p> <p>Frango Cozido (Coxa e Sobrecoxa) Polenta Couve picada e refogada Sob.: Banana</p>	<p>4º Feijão</p> <p>Arroz</p> <p>Carne Assada (Pá Inteira) Farofa de Couve (sem margarina) Molho à camparina Sob.: Laranja Pera</p>	<p>5º Feijão</p> <p>Arroz</p> <p>Sofrito com legumes (ovos, tomate e cebola) Espinafre picado Sob.: Abacaxi</p>
6ª feira	<p>1º Feijão</p> <p>Arroz</p> <p>Isca de Frango (Filé de Frango) Salada de batata e cenoura Sob.: Pera</p>	<p>2º Feijão</p> <p>Arroz</p> <p>Risoto (arroz, cenoura, cebola, tomate, file de frango desfiado) Sob.: Doce de banana</p>	<p>3º Feijão</p> <p>Arroz</p> <p>Figado acobolado Salada de cenoura e batata doce (picada e cozida) Sob.: Laranja Pera</p>	<p>4º Feijão</p> <p>Arroz</p> <p>Frango Assado (Coxa e sobrecoxa) Salada de Abóbora e Couve flor cozida Sob.: Melão</p>	<p>5º Feijão</p> <p>Arroz</p> <p>Sofrito com legumes (ovos, tomate e cebola) Espinafre picado Sob.: Laranja Pera</p>

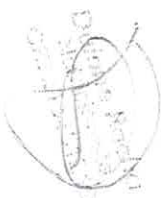
Responsável Técnica

Daleno de Carvalho Rocha - CRM:5301211
 Quilino Teófilo
 Brunus Naura dos Santos Vasques da Almeida - CRM:1318056/
 Larissa Cristina Fernandes Filho de Castro - CRM: 20181165
 Laila Hamalho Braga - CRM: 2110055
 Tamires de Oliveira e Souza - CRM: 1810045

Letícia Ramalho Braga
 Nutricionista
 CRN: 19100565

Laryssa Castro
 Nutricionista
 CRN: 20101146

Tamires Oliveira
 Nutricionista
 CRN 4-1810045





CARDÁPIO 2020/2021

ALMOÇO - INTEGRAL -

Safra Tangerina: Junho / Julho / Agosto

	1ª Semana	2ª Semana	3ª Semana	4ª Semana	5ª Semana
2ª feira	Feijão Arroz Ovos mexidos (cebola e orégano) Farofa de Cenoura (sem margarina) Belierraba com cheiro verde Sob.: Melão	Feijão Arroz Jardineira de legumes com carne moída (vagem e cenoura) Sob.: Maçã	Feijão Arroz Macarrão ao molho de tomate Ovo Cozido Duque de Abóbora e chuchu Sob.: Pera	Feijão Arroz Ovos mexidos (cebola e orégano) Salada de Inhame e cenoura cozido com cheiro verde Sob.: Maçã	Feijão Arroz Carneseca acobolada Quitibe (abóbora) Sob.: Pera
3ª feira	Feijão Arroz Arroz Colorido (Cenoura, milho, ervilha e batata palha) Carne picada (Pá picada) Sob.: Tangerina	Feijão Arroz Arroz cozido (filé de peixe) Purê de Inhame (sem leite e sem margarina) Belierraba cozida com cheiro verde Sob.: Tangerina	Feijão Arroz Arroz com cenoura Batata Soufflé (sem margarina) Isca de frango (Filé de Frango) Sob.: Abacaxi	Feijão Arroz Isca de figado Abobrinha refogada com tomate Purê de batata (sem margarina e sem leite) Sob.: Melancia	Feijão Arroz Arroz Peixe cozido Salada de chuchu e belierraba corinthio verde Sob.: Tangerina
4ª feira	Feijão Arroz Frango Assado (Coxa e sobrecoxa) Abobrinha Salada de Tomate Sob.: Banana	Feijão Arroz Omelete (cebola, tomate e espinafre) Quitibe (abóbora) Sob.: Pera	Feijão Arroz Vacca atolada (Pá inteira com alpin) Agrido Cozido Sob.: Tangerina	Feijão Arroz Salpicão (filé de frango desfiado, cebola, tomate, cenoura, vagem, batata-palha) (SEM CREME DE LEITE) Sob.: Melancia	Feijão Arroz Arroz com brocolis Frango ensopado (Filé de peixe) com alpin Sob.: Banana
5ª feira	Feijão Arroz Polenta Couve refogada Carne moída ao Suço Sob.: Maçã	Feijão Arroz Macarela de Peixe (cebola, pimentão, coentro) Sob.: Melancia	Feijão Arroz Frango Cozido (Coxa e Sobrecoxa) Polenta Couve picada e refogada Sob.: Banana	Feijão Arroz Carne Assada (Pá inteira) Farofa de Couve (sem margarina) Molho à campanha Sob.: Laranja Pera	Feijão Arroz Arroz Frango ensopado (Filé de peixe) com alpin Sob.: Abacaxi
6ª feira	Feijão Arroz Isca de Frango (Filé de Frango) Salada de batata e cenoura Sob.: Pera	Feijão Arroz Risoto (arroz, cenoura, cebola tomate, file de frango desfiado) Sob.: Doce de banana	Feijão Arroz Figado acobolado Salada de cenoura e batata doce (picada e cozida) Sob.: Laranja Pera	Feijão Arroz Frango Assado (Coxa e sobrecoxa) Salada de Abóbora e Couve flor cozida Sob.: Melão	Feijão Arroz Suflê de legumes (ovos, tomate e cebola) Espinafre picado Sob.: Laranja Pera

Responsável Técnico

Diana de Carvalho Rocha - CRN 15102718

Quilida Teófilo

Alma Tereza dos Santos Vasquez de Medeiros - CRN 13102651

Laryssa Cinthia Fernandes Filho de Castro - CRN 20101146

Letícia Ramalho Braga - CRN 19100555

Tamires de Oliveira e Souza - CRN 18101945

Letícia Ramalho Braga

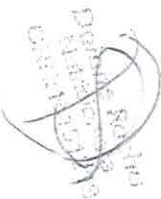
Nutricionista

CRN: 19100555

Laryssa Castro

Nutricionista

CRN 20101146



Tamires Oliveira

Nutricionista

CRN 18100446



CARDÁPIO 2020/2021

LANCHE - INTEGRAL

	1º Semana	2º Semana	3º Semana	4º Semana	5º Semana
2ª feira	Biscoito água e sal Sem Lactose Vitamina de abacate com leite de arroz	Biscoito maria Sem Lactose Café com leite (Leite de Arroz)	Biscoito cream-cracker Sem Lactose Açocolatado Sem Lactose com leite de arroz	Biscoito rosquinha Sem Lactose (Sabor Chocolate) Suco de abacaxi com hortelã	Bolo de banana (Sem leite e Sem Margarina) Café com leite (Leite de Arroz)
3ª feira	Bolo de laranja (Sem leite e Sem Margarina) Café com leite (Leite de Arroz)	Biscoito cream-cracker Sem Lactose Vitamina "A" com leite de arroz (Abóbora)	Biscoito maisena Sem Lactose Café com leite (Leite de Arroz)	Mingau de maisena com leite de arroz	Biscoito cream-cracker Sem Lactose Açocolatado Sem Lactose com leite de arroz
4ª feira	Biscoito cream-cracker Sem Lactose Leite caramelizado (Leite de Arroz)	Mingau de chocolate Sem Lactose com leite de arroz	Biscoito água e sal Sem Lactose Vitamina de mamão com leite de arroz	Biscoito maisena Sem Lactose Café com leite (Leite de Arroz)	Biscoito rosquinha Sem Lactose (Sabor Leite) Suco de laranja
5ª feira	Biscoito rosquinha Sem Lactose (Sabor Leite) Suco de Melancia	Biscoito água e sal Sem Lactose Vitamina de banana com aveia com leite de arroz	Bolo de fubá (Sem leite e Sem Margarina) Café com leite (Leite de Arroz)	Biscoito cream-cracker Sem Lactose Suco de limão	Salada de Frutas com aveia (Banana, Mamão, maçã)
6ª feira	Mingau de maisena com leite de arroz	Bolo de cenoura (Sem leite e Sem Margarina) Café com leite (Leite de Arroz)	Mingau de aveia com leite de arroz	Biscoito maria Sem Lactose Vitamina de banana com leite de arroz	Biscoito água e sal Sem Lactose Café com leite (Leite de Arroz)

Responsável Técnica

Danielle de Carvalho Rocha - CRN:15101218

Daniela Teófilo

Bruno Isaura dos Santos Vasques de Matos - CRN:13100557

Laryssa Crislina Fernandes Filho de Castro - CRN: 20101146

Leticia Romalho Braga - CRN: 19100565

Tamires de Oliveira e Souza - CRN: 18100486

Leticia Romalho Braga
 Nutricionista
 CRN: 19100565

CRN: 19100565

Laryssa Castro
 Nutricionista
 CRN 20101146

Tamires de Oliveira e Souza
 Nutricionista
 CRN: 18100486

Bruno Vasques
 Nutricionista
 CRN: 453100567

ALERGIA AO LEITE DE VACA E LEITE DE SOJA

CARDÁPIO 2020/2021

DESJEJUM - ESCOLAR

	1ª Semana	2ª Semana	3ª Semana	4ª Semana	5ª Semana
2ª feira	Mingau de maisena com leite de arroz	Biscoito água e sal Sem Lactose Açocolatado Sem Lactose com leite de arroz	Biscoito maria Sem Lactose Leite caramelizado (Leite de Arroz)	Mingau de chocolate Sem Lactose com leite de arroz	Biscoito água e sal Sem Lactose Leite com baunilha (leite de arroz)
3ª feira	Biscoito cream-cracker Sem Lactose Leite caramelizado (Leite de Arroz)	Biscoito rosquinha Sem Lactose (Sabor leite) Café com leite (Leite de Arroz)	Biscoito água e sal Sem Lactose Açocolatado Sem Lactose com leite de arroz	Biscoito cream-cracker Sem Lactose Café com leite (Leite de Arroz)	Mingau de maisena com leite de arroz
4ª feira	Biscoito rosquinha Sem Lactose (Sabor Leite) Café com leite (Leite de Arroz)	Biscoito água e sal Sem Lactose Leite com baunilha (leite de arroz)	Biscoito rosquinha Sem Lactose (Sabor Leite) Café com leite (Leite de Arroz)	Biscoito maisena Sem Lactose Açocolatado Sem Lactose com leite de arroz	Biscoito água e sal Sem Lactose Café com leite (Leite de Arroz)
5ª feira	Biscoito água e sal Sem Lactose Açocolatado Sem Lactose com leite de arroz	Biscoito cream-cracker Sem Lactose Leite caramelizado (Leite de Arroz)	Mingau de cremograma com leite de arroz	Biscoito maria Sem Lactose Leite com baunilha (leite de arroz)	Biscoito maisena Sem Lactose Leite caramelizado (Leite de Arroz)
6ª feira	Biscoito maria Sem Lactose Leite com baunilha (leite de arroz)	Mingau de aveia com leite de arroz	Biscoito cream-cracker Sem Lactose Leite com baunilha (leite de arroz)	Biscoito rosquinha Sem Lactose (Sabor Chocolate) Leite caramelizado (Leite de Arroz)	Biscoito cream-cracker Sem Lactose Açocolatado Sem Lactose com leite de arroz

Departamento de Educação
 Departamento de Educação Infantil
 Departamento de Educação de Jovens e Adultos
 Departamento de Educação Especial
 Departamento de Educação Física e Esportes
 Departamento de Educação Tecnológica
 Departamento de Educação de Infância e Juventude
 Departamento de Educação de Pessoas com Deficiência
 Departamento de Educação de População e Comunidade
 Departamento de Educação de Trabalho e Cidadania
 Departamento de Educação de Mulheres e Meninas
 Departamento de Educação de Saúde e Bem-Estar
 Departamento de Educação de Qualidade de Vida
 Departamento de Educação de Políticas e Gestão
 Departamento de Educação de Projetos e Programas
 Departamento de Educação de Recursos Humanos
 Departamento de Educação de Tecnologia e Inovação
 Departamento de Educação de Trabalho em Equipe
 Departamento de Educação de Trabalho em Rede
 Departamento de Educação de Trabalho em Rede com o Terceiro Setor
 Departamento de Educação de Trabalho em Rede com o Poder Judiciário
 Departamento de Educação de Trabalho em Rede com o Poder Executivo
 Departamento de Educação de Trabalho em Rede com o Poder Legislativo
 Departamento de Educação de Trabalho em Rede com o Poder Judiciário, Executivo e Legislativo



Leticia Ramalho Braga
 Nutricionista
 CRN: 49100565

Laryssa Castro
 Nutricionista
 CRN/20101146

Pruna Marques
 Nutricionista
 CRN-413100567





ALERGIA AO LEITE DE VACA E LEITE DE SOJA

CARDÁPIO 2020/2021 ALMOÇO - ESCOLAR - Fevereiro/ Setembro/ Outubro/ Novembro / Dezembro

	1º Semana	2º Semana	3º Semana	4º Semana	5ª Semana
2ª feira	Feijão Arroz Ovos mexidos (cebola e orégano) Farofa de Cenoura (sem margarina) Betrerraba com cheiro verde Sob.: Melão	Feijão Arroz Jardineira de legumes com carne moída (vagem e cenoura) Sob.: Maçã	Feijão Macarrão ao molho de tomate Ovo Cozido Duque de Abóbora e chuchu Sob.: Pera	Feijão Arroz Ovos mexidos (cebola e orégano) Salada de tomate e cenoura cozido com cheiro verde Sob.: Maçã	Feijão Arroz Carne seca acobalada Quibebe (abóbora) Sob.: Pera
3ª feira	Feijão Arroz Colorido (Cenoura, milho ervilha e batata palha) Carne picada (Pã picada) Sob.: Laranja Pera	Arroz Frango cozido (filé de peito) Purê de Inhame (sem leite e sem margarina) Betrerraba cozida com cheiro verde Sob.: Banana	Feijão Arroz com cenoura Batata Soufê (sem margarina) Isca de frango (filé de Frango) Sob.: Abacaxi	Feijão Arroz Isca de frango Abobrinha refogada com tomate Purê de batata (sem margarina e sem leite) Sob.: Melancia	Feijão Arroz Peixe cozido Salada de chuchu e beterraba com cheiro verde Sob.: Doce de abóbora
4ª feira	Feijão Frango Assado (Coxa e sobrecoxa) Abobrinha Salada de Tomate Sob.: Banana	Arroz Omelete (cebola, tomate e espinafre) Quibebe (abóbora) Sob.: Pera	Feijão Arroz Vaca alabata (Pã inteira com apim) Aglhão Cozido Sob.: Melancia	Feijão Arroz Salpicão (filé de frango destilado, cebola, tomate, cenoura, vagem, batata palha) (SEM CREME DE LEITE) Sob.: Mameio	Feijão Arroz Arroz com brocolis Frango ensopado (filé de peito) com apim Sob.: Banana
5ª feira	Feijão Arroz Isca de Frango (filé de Frango) Salada de batata e cenoura Sob.: Pera	Feijão Arroz Risoto (arroz, cenoura, cebola tomate, file de frango destilado) Sob.: Melancia	Feijão Arroz Frango Cozido (Coxa e Sobrecoxa) Polenta Couve picada e refogada Sob.: Banana	Feijão Arroz Salada de cenoura e batata doce (picada e cozida) Sob.: Laranja Pera	Feijão Arroz Suflê de legumes (ovos, tomate e cebola) Espinafre picado Sob.: Abacaxi
6ª feira	Feijão Arroz Isca de Frango (filé de Frango) Salada de batata e cenoura Sob.: Pera	Feijão Arroz Risoto (arroz, cenoura, cebola tomate, file de frango destilado) Sob.: Doce de banana	Feijão Arroz Figado acobalado Salada de cenoura e batata doce (picada e cozida) Sob.: Laranja Pera	Feijão Arroz Salada de Abóbora e Couve flor cozida Sob.: Melão	Feijão Arroz Suflê de legumes (ovos, tomate e cebola) Espinafre picado Sob.: Laranja Pera

Responsável Técnica

Daniene de Carvalho Rocha - CRN 15101218

Danielo Testador

Diana Vasconcelos Santos Vasquez de Moraes CRN 13100167

Laryssa Cristiana Fernandes Filho de Castro - CRN 20101116

Letícia Ramonelli Hoega - CRN 15101065

Tamires de Oliveira e Souza - CRN 18101045

Letícia Ramonelli Hoega
Nutricionista
CRN: 19100565

Tamires de Oliveira
Nutricionista
CRN: 18100446

Letícia de Castro
Nutricionista
CRN 20101116

Coordenadora de Nutrição
Diana Vasconcelos Santos Vasquez de Moraes
CRN 13100167



CARDÁPIO 2020/2021

ALMOÇO - ESCOLAR -

Safra Caqui: Março / Abril / Maio

	1ª Semana	2ª Semana	3ª Semana	4ª Semana	5ª Semana
2ª feira	Feijão Arroz Ovos mexidos (cebola e oreghano) Farofa de Cenoura (sem margarina) Bateraba com chieiro verde Sob.: Melão	Feijão Arroz Jardineira de legumes com carne moída (vegani e cenoura) Sob.: Maça	Feijão Arroz Macarrão ao molho de tomate Ovo Cozido Duque de Abóbora e chuchu Sob.: Pera	Feijão Arroz Ovos mexidos (cebola e oreghano) Salada de Inhame e cenoura cozido com chieiro verde Sob.: Maça	Feijão Arroz Carne seca acobolada Quabele (abóbora) Sob.: Pera
3ª feira	Arroz Cebola, milho, ervilha e batata palha Carne picada (Pá picada) Sob.: Caqui	Arroz Frango cozido (filé de peito) Purê de Inhame (sem leite e sem margarina) Bateraba cozida com chieiro verde Sob.: Caqui	Arroz com cenoura Batata Soulé (sem margarina) Isca de frango (Filé de Frango) Sob.: Abacaxi	Arroz Isca de figado Abobrinha refogada com tomate Purê de batata (sem margarina e sem leite) Sob.: Melancia	Arroz Frango cozido Salada de chuchu e bateraba com chieiro verde Sob.: Caqui
4ª feira	Feijão Arroz Frango Assado (Coxa e sobrecoxa) Abobrinha Salada de Tomate Sob.: Banana	Feijão Arroz Omelete (cebola, tomate e espinafre) Quibebe (abóbora) Sob.: Pera	Feijão Arroz Vaca alfiada (Pá inteira com ajiim) Agrido Cozido Sob.: Caqui	Feijão Arroz Salpicão (filé de frango desfiado, cebola, tomate, cenoura, vagem, batata-palha) (SEM CREME DE LEITE) Sob.: Caqui	Feijão Arroz Arroz com brocolis Frango ensopado (Filé de peito) com ajiim Sob.: Banana
5ª feira	Feijão Arroz Isca de Frango (Filé de Frango) Soleta de batata e cenoura Sob.: Pera	Feijão Arroz Risoto (arroz, cenoura, cebola tomate, filé de frango desfiado) Sob.: Melancia	Feijão Arroz Frango Cozido (Coxa e Sobrecoxa) Polenta Couve picada e refogada Sob.: Banana	Feijão Arroz Carne Assada (Pá Inteira) Farofa de Couve (sem margarina) Molho à campanha Sob.: Laranja Pera	Feijão Arroz Frango Assado (Coxa e sobrecoxa) Salada de Abóbora e Couve flor cozida Sob.: Melão
6ª feira	Feijão Arroz Isca de Frango (Filé de Frango) Soleta de batata e cenoura Sob.: Pera	Feijão Arroz Risoto (arroz, cenoura, cebola tomate, filé de frango desfiado) Sob.: Melancia	Feijão Arroz Frango Cozido (Coxa e Sobrecoxa) Polenta Couve picada e refogada Sob.: Banana	Feijão Arroz Salpicão (filé de frango desfiado, cebola, tomate, cenoura, vagem, batata-palha) (SEM CREME DE LEITE) Sob.: Caqui	Feijão Arroz Arroz com brocolis Frango ensopado (Filé de peito) com ajiim Sob.: Banana

Responsável Técnico

Dolores de Gasilho Rocha - CRN 19100718
 Quênia Leite
 Bruna Maria dos Santos Vazquez de Menezes - CRN 1336651
 Laryssa Cristina Fernandes Filho de Castro - CRN 20101155
 Lucilda Romão Braga - CRN 19100555
 Tereza de Oliveira e Souza - CRN 18100845

Leticia Ramalho Braga
 Nutricionista
 CRN: 19100565

Laísia Castro
 Nutricionista
 CRN 20101146

Família Oliveira
 Nutricionista
 CRN 20101103/103/103/103





CARDÁPIO 2020/2021

ALMOÇO - ESCOLAR -

Safra Tangerina: Junho / Julho / Agosto

	1ª Semana	2ª Semana	3ª Semana	4ª Semana	5ª Semana
2ª feira	1º Feijão Arroz Ovos mexidos (cebola e orégano) Farofa de Cenoura (sem margarina) Belierraba com cheiro verde Sob.: Melão	Feijão Arroz Jardineira de leguminas com carne moída (vagem e cenoura) Sob.: Maçã	Feijão Macarrão ao molho de tomate Ovo cozido Duque de Abóbora e chuchu Sob.: Pera	Feijão Arroz Ovos mexidos (cebola e orégano) Salada de cenoura e cenoura cozida com cheiro verde Sob.: Maçã	Feijão Arroz Carne seca acobalada Quiabe (abóbora) Sob.: Pera
3ª feira	Arroz Colerido (Cenoura, milho, ervilha e batata palha) Carne picada (Pá picada) Sob.: Tangerina	Arroz Frango cozido (filé de peito) Purê de inhame (sem leite e sem margarina) Belierraba cozida com cheiro verde Sob.: Tangerina	Arroz com cenoura Batata Soulé (sem margarina) Isca de frango (filé de Frango) Sob.: Abacaxi	Feijão Arroz Isca de filgado Abobrinha refogada com tomate Purê de batata (sem margarina e sem leite) Sob.: Melancia	Feijão Arroz Salada de feijão Paxa cozido Belierraba com cheiro verde Sob.: Tangerina
4ª feira	Frango Assado (Coxa e sobrecoxa) Abobrinha Salada de Tomate Sob.: Banana	Feijão Arroz Omelete (cebola, tomate e espinafre) Quiabe (abóbora) Sob.: Pera	Feijão Arroz Vaca alvejada (Pá inteira com alpin) Agnão Cozido Sob.: Tangerina	Feijão Arroz Salpicão (filé de frango desfiado, cebola, tomate, cenoura, vagem, batata-palha) (SEM CREME DE LEITE) Sob.: Tangerina	Feijão Arroz Carne Assada (Pá inteira) Farofa de Couve (sem margarina) Molho à campariha Sob.: Laranja Pera
5ª feira	Feijão Arroz Polenta Couve refogada Carne moída ao Sugo Sob.: Maçã	Feijão Arroz Pirão Moqueca de Peixe (cebola, pimentão, coentro) Sob.: Melancia	Feijão Arroz Frango Cozido (Coxa e Sobrecoxa) Polenta Couve picada e refogada Sob.: Banana	Feijão Arroz Salpicão (filé de frango desfiado, cebola, tomate, cenoura e cenoura cozida) Sob.: Melão	Feijão Arroz Frango ensopado (filé de peito) com alpin Sob.: Banana
6ª feira	Feijão Arroz Isca de Frango (Filé de Frango) Salada de batata e cenoura Sob.: Pera	Feijão Arroz Risoto (arroz, cenoura, cebola tomate, file de frango desfiado) Sob.: Doce de banana	Feijão Arroz Figado acobalado Salada de cenoura e batata doce (picada e cozida) Sob.: Laranja Pera	Feijão Arroz Frango Assado (Coxa e sobrecoxa) Salada de Abóbora e Couve flor cozida Sob.: Melão	Feijão Arroz Sufle de leguminas (ovos, tomate e cebola) Espinafre picado Sob.: Laranja Pera

Responsável Técnica

Daleno de Carvalho Rocha - CRM 13102/18

Graduação Especial
Biomimética
Luzia Maria dos Santos Vasques de Moraes CRN 13106/04

Luzia Maria dos Santos Vasques de Moraes CRN 13106/04

Luzia Maria dos Santos Vasques de Moraes CRN 13106/04

Tamires de Oliveira e Souza - CRM 18100/16

Letícia Ramalho Braga
Nutricionista
CRN: 191.00565

Larissa Castro
Nutricionista
CRN 20101146

Tamires Oliveira
Nutricionista
CRN 4-18100/16





CARDÁPIO 2020/2021

DESJEJUM - EDUCAÇÃO INFANTIL

	1º Semana	2º Semana	3º Semana	4º Semana	5º Semana
2ª feira	Mingau de milho com leite de arroz	Biscoito água e sal Sem Lactose Vitamina de banana (com leite de arroz)	Biscoito maria Sem Lactose Leite caramelizado (Leite de Arroz)	Mingau de chocolate Sem Lactose com leite de arroz	Biscoito água e sal Sem Lactose Vitamina de mamão (Leite de Arroz)
3ª feira	Biscoito cream-cracker Sem Lactose Vitamina de mamão com aveia (Leite de Arroz)	Biscoito rosquinha Sem Lactose (Sabor Leite) Café com leite (Leite de Arroz)	Biscoito água e sal Sem Lactose Vitamina de abacate (com leite de arroz)	Biscoito cream-cracker Sem Lactose Vitamina de maçã (com leite de arroz)	Mingau de milho com leite de arroz
4ª feira	Biscoito rosquinha Sem Lactose (Sabor Leite) Café com leite (Leite de Arroz)	Biscoito água e sal Sem Lactose Leite com baunilha (leite de arroz)	Biscoito rosquinha Sem Lactose (Sabor Leite) Café com leite (Leite de Arroz)	Biscoito milho Sem Lactose Açúcar mascavo Sem Lactose com leite de arroz	Biscoito água e sal Sem Lactose Café com leite (Leite de Arroz)
5ª feira	Biscoito água e sal Sem Lactose Vitamina de abacate (com leite de arroz)	Biscoito cream-cracker Sem Lactose Vitamina de maçã (com leite de arroz)	Mingau de cremograma com leite de arroz	Biscoito maria Sem Lactose Vitamina de banana com aveia (com leite de arroz)	Biscoito milho Sem Lactose Leite caramelizado (Leite de Arroz)
6ª feira	Biscoito maria Sem Lactose Leite com baunilha (leite de arroz)	Mingau de aveia com leite de arroz	Biscoito cream-cracker Sem Lactose Vitamina de mamão (Leite de Arroz)	Biscoito rosquinha Sem Lactose (Sabor Chocolate) Leite caramelizado (Leite de Arroz)	Biscoito cream-cracker Sem Lactose Vitamina de abacate (com leite de arroz)

Neonatal Tereza

Maternidade e Neonatal - Rua 1909218

Maternidade e Neonatal - Rua 1909218

Maternidade e Neonatal - Rua 1909218

Maternidade e Neonatal - Rua 1909218

Maternidade e Neonatal - Rua 1909218

Maternidade e Neonatal - Rua 1909218

Leifícia K. Machado Braga
 Nutricionista
 CPN: 19100565

Carrossa Castro
 Nutricionista
 CRN: 10101149

Branda Vasques
 Nutricionista
 CRN: 413100567

Tamires Oliveira
 Nutricionista
 CRN: 413100446





ALERGIA AO LEITE DE VACA E LEITE DE SOJA

CARDÁPIO 2020/2021 ALMOÇO - EDUCAÇÃO INFANTIL - Fevereiro/ Setembro/ Outubro/ Novembro / Dezembro

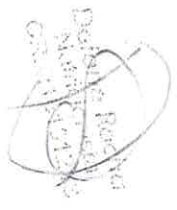
	1ª Semana	2ª Semana	3ª Semana	4ª Semana	5ª Semana
2ª feira	Feijão Arroz Ovos mexidos (cebola e orégano) Farofa de Cenoura (sem margarina) Baterraba com chierro verde Sob.: Melão	Feijão Arroz Jardineira de legumes com carne moída (vagem e cenoura) Sob.: Maçã	Feijão Arroz Macarrão ao molho de tomate Ovo Cozido Duque de Abóbora e chuchu Sob.: Pera	Feijão Arroz Ovos mexidos (cebola e orégano) Salada de inhame e cenoura cozido com chierro verde Sob.: Maçã	Feijão Arroz Carne seca acobolada Quitche labadora) Sob.: Pera
3ª feira	Arroz Colorido (Cenoura, milho, ervilha e batata palha) Carne picada (pá picada) Sob.: Laranja Pera	Arroz Frango cozido (file de peito) Purê de Inhame (sem leite e sem margarina) Baterraba cozida com chierro verde Sob.: Banana	Arroz com cenoura Batata Soulé (sem margarina) Isca de Frango (File de Frango) Sob.: Abacaxi	Arroz Isca de frgado Abobrinha relogada com tomate Purê de batata (sem margarina e sem leite) Sob.: Melancia	Arroz Peixe cozido Salada de turrutu e baterraba com chierro verde Sob.: Icedete abóbora
4ª feira	Arroz Frango Assado (Coxa e sobrecoxa) Abobrinha Salada de Tomate Sob.: Banana	Arroz Onetele (cebola, tomate e espinafre) Quibobe (abóbora) Sob.: Pera	Arroz Vaca atolada (pá inteira com alpin) Agrido Cozido Sob.: Melancia	Arroz Salpicão (file de frango desfiado, cebola, tomate, cenoura, vagem, batata-palha) (SEM CREME DE LEITE) Sob.: Mamão	Arroz Arroz com brocolis Frango ensopado (file de peito) com alpin Sob.: Banana
5ª feira	Feijão Arroz Polenta Couve relogada Carne moída ao Sugo Sob.: Maçã	Feijão Arroz Pirão Moqueca de Peixe (cebola, pimentão, coentro) Sob.: Melancia	Arroz Frango Cozido (Coxa e Sobrecoxa) Polenta Couve picada e relogada Sob.: Banana	Arroz Carne Assada (Pá inteira) Farofa de Couve (sem margarina) Molho à camparina Sob.: Laranja Pera	Feijão Arroz Frango Assado (Coxa e sobrecoxa) Salada de abóbora e Couve flor cozida Sob.: Abacaxi
6ª feira	Feijão Arroz Isca de Frango (File de Frango) Salada de batata e cenoura Sob.: Pera	Feijão Arroz Risoto (arroz, cenoura, cebola tomate, file de frango desfiado) Sob.: Doce de banana	Arroz Figado acebolado Salada de cenoura e batata doce (picada e cozida) Sob.: Laranja Pera	Arroz Frango Assado (Coxa e sobrecoxa) Salada de Abóbora e Couve flor cozida Sob.: Melão	Arroz Sulte de legums (ovos, tomate e cebola) Espinafre picado Sob.: Laranja Pera

Responsável Técnica
 Valmir de Carvalho Rocha - CRN 2510278
 Daiane Freitas
 Bete Raissa dos Santos Vasques de Amorim - CRN 13100647
 Camilla Cristina Fernandes Filho de Castro - CRN 20101146
 I edicla Hamilton Braga - CRN 20100605
 Toninho de Oliveira e Souza - CRN 18100446

Letícia Ramalho Braga
 Nutricionista
 CRN: 19100565

Laryssa Castro
 Nutricionista
 CRN: 20101146

Tamires Oliveira
 Nutricionista
 CRN 218100446





ALERGIA AO LEITE DE VACA E LEITE DE SOJA

CARDÁPIO 2020/2021

ALMOÇO - EDUCAÇÃO INFANTIL -

Safra Caqui: Março / Abril / Maio

	1ª Semana	2ª Semana	3ª Semana	4ª Semana	5ª Semana
2ª feira	<p>Ovos mexidos (cebola e orégano) Farofa de Cenoura (sem margarina) Baterria com cheiro verde Sob.: Melão</p>	<p>Jardinheira de legumes com carne moída (vagem e cenoura) Sob.: Maçã</p>	<p>Macarão ao molho de tomate Ovo Cozido Duque de Abóbora e chuchu Sob.: Pera</p>	<p>Ovos mexidos (cebola e orégano) Salada de inhame e cenoura cozido com cheiro verde Sob.: Maçã</p>	<p>Carra seca acobolada Quibe (abóbora) Sob.: Pera</p>
3ª feira	<p>Arroz Colorido (Cenoura, milho, ervilha e batata palha) Carne picada (Pá picada) Sob.: Caqui</p>	<p>Arroz Frango cozido (file de peito) Purê de Inhame (sem leite e sem margarina) Baterria cozida com cheiro verde Sob.: Caqui</p>	<p>Arroz com cenoura Batata Soule (sem margarina) Isca de Frango (File de Frango) Sob.: Abacaxi</p>	<p>Isca de fígado Abobrinha refogada com tomate Purê de batata (sem margarina e sem leite) Sob.: Melancia</p>	<p>Arroz Peixe cozido Salada de chuchu e baterria com cheiro verde Sob.: Caqui</p>
4ª feira	<p>Frango Assado (Coxa e sobrecoxa) Abobrinha Salada de Tomate Sob.: Banana</p>	<p>Onzelele (cebola, tomate e espinafre) Quibe (abóbora) Sob.: Pera</p>	<p>Arroz Vaca atolada (Pá inteira com alpin) Agrido Cozido Sob.: Caqui</p>	<p>Salpicão (file de frango desfiado, cebola, tomate, cenoura, vagem, batata-palha) (SEM CREME DE LEITE) Sob.: Caqui</p>	<p>Arroz Coxido (Batata doce, cenoura rapinho e pá inteira) Sob.: Banana</p>
5ª feira	<p>Feijão Arroz Polenta Couve refogada Carne moída ao Stugo Sob.: Maçã</p>	<p>Feijão Arroz Pirão Moqueca de Peixe (cebola, pimentão, coentro) Sob.: Melancia</p>	<p>Feijão Arroz Frango Cozido (Coxa e Sobrecoxa) Polenta Couve picada e refogada Sob.: Banana</p>	<p>Feijão Arroz Carne Assada (Pá Inteira) Farofa de Couve (sem margarina) Molho à campanilha Sob.: Laranja Pera</p>	<p>Feijão Arroz Arroz com brocolis Frango ensopado (File de peito) com alpin Sob.: Abacaxi</p>
6ª feira	<p>Isca de Frango (File de Frango) Soleta de batata e cenoura Sob.: Pera</p>	<p>Feijão Arroz Risoto (arroz, cenoura, cebola tomate, file de frango desfiado) Sob.: Doce de banana</p>	<p>Feijão Arroz Fígado acobolado Salada de cenoura e batata doce (picada e cozida) Sob.: Laranja Pera</p>	<p>Arroz Frango Assado (Coxa e sobrecoxa) Salada de Abóbora e Couve flor cozida Sob.: Melão</p>	<p>Arroz Softe de legumes (ovos, tomate e cebola) Espaldrice picado Sob.: Laranja Pera</p>

Responsável Técnico

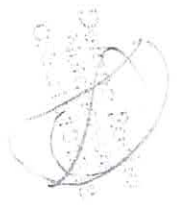
Inês de Carvalho Reche - CRM 15102/21

Quênia Esteves
Bomina Baena dos Santos Vasques de Mattos - CRM 13105/7
Laryssa Cláudia Fernandes Filho de Camo - CRM 20111/5
Tarcia Romalho Braga - CRM 19100/5
Tatiana de Oliveira e Souza - CRM 18106/16

ATILIA RAMALHO BRAGA
Nutricionista
CRN: 191.005/5

LARYSSA CASTRO
Nutricionista
CRN 20101146

TATIANA OLIVEIRA
Nutricionista
CRN 4-13.100/4





CARDÁPIO 2020/2021

ALMOÇO - EDUCAÇÃO INFANTIL-

Safra Tangerina: Junho / Julho / Agosto

	1ª Semana	2ª Semana	3ª Semana	4ª Semana	5ª Semana
2ª feira	Feijão Arroz Ovos mexidos (cebola e orégano) Farofa de Cenoura (sem margarina) Betrerraba com cheiro verde Sob.: Melão	Feijão Arroz Jardineira de legumes com carne moída (vagem e cenoura) Sob.: Maça	Feijão Ovo Cozido Mascarrão ao molho de tomate Duque de Abóbora e chuchu Sob.: Pera	Feijão Arroz Ovos mexidos (cebola e orégano) Salada de Inhame e cenoura cozida com cheiro verde Sob.: Maça	Feijão Arroz Carne seca acobolada Quibebe (abobora) Sob.: Pera
3ª feira	Arroz Colorido (Cenoura, milho, ervilha e batata palha) Carne picada (Pá picada) Sob.: Tangerina	Arroz Frango cozido (file de peito) Purê de Inhame (sem leite e sem margarina) Betrerraba cozida com cheiro verde Sob.: Tangerina	Arroz com cenoura Batata Soulé (sem margarina) Isca de Frango (File de Frango) Sob.: Abacaxi	Arroz Isca de frango Abobrinha refogada com tomate Purê de batata (sem margarina e sem leite) Sob.: Melancia	Arroz Peixe cozido Salada de chuchu e beterraba com cheiro verde Sob.: Tangerina
4ª feira	Feijão Arroz Frango Assado (Coxa e sobrecoxa) Abobrinha Salada de Tomate Sob.: Banana	Arroz Onetele (cebola, tomate e espinafre) Quibebe (abobora) Sob.: Pera	Arroz Vacca atolada (Pá inteira com aipim) Aipim Cozido Sob.: Tangerina	Arroz Salpicão (file de frango desfiado, cebola, tomate, cenoura, vagem, batata-palha) (SEM CREME DE LEITE) Sob.: Tangerina	Feijão Arroz com brocolis Frango ensopado (File de peito) com aipim Sob.: Banana
5ª feira	Feijão Arroz Polenta Couve refogada Carne moída ao Stugo Sob.: Maça	Feijão Arroz Moqueca de Peixe (cebola, pimenta, coentro) Sob.: Melancia	Feijão Arroz Frango Cozido (Coxa e Sobrecoxa) Polenta Couve picada e refogada Sob.: Banana	Feijão Arroz Carne Assada (Pá Inteira) Farofa de Couve (sem margarina) Molho à camparina Sob.: Laranja Pera	Feijão Arroz Frango Assado (Coxa e sobrecoxa) Sauté de legumes (ovos, tomate e cebola) Espinadre picado Sob.: Abacaxi
6ª feira	Feijão Arroz Isca de Frango (File de Frango) Selada de batata e cenoura Sob.: Pera	Feijão Arroz Risoto (arroz, cenoura, cebola, tomate, file de frango desfiado) Sob.: Doce de banana	Feijão Arroz Figado acobolado Salada de cenoura e batata doce (picada e cozida) Sob.: Laranja Pera	Feijão Arroz Salada de Abóbora e Couve flor cozida Sob.: Melão	Feijão Arroz Sauté de legumes (ovos, tomate e cebola) Espinadre picado Sob.: Laranja Pera

Regemaxel Freixo

Dulaine de Carvalho Rocha - CRN: 15101218

Daniela Teodilo

Bruna Isaura dos Santos Vinagre da Araujo - CRN: 13100567

Luizyza Cristina Escobar Filho de Castro - CRN: 20101156

Leidys Banabalu Hooga - CRN: 19100955

Tamara de Oliveira e Souza - CRN: 18104445

Letícia Ramalho Braga
 Nutricionista
 CRN: 19100565

Laryssa Castro
 Nutricionista
 CRN: 20101146

Tamires Oliveira
 Nutricionista
 CRN: 4148100446





CARDÁPIO 2020/2021

DESJEJUM - 6 MESES a 1 ANO E 11 MESES

	1º Semana	2º Semana	3º Semana	4º Semana	5º Semana
2ª feira	Vitamina de banana Fórmula Extensamente hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)	Vitamina de banana com aveia Fórmula Extensamente hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)	Vitamina de mamão Fórmula Extensamente hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)	Vitamina de abacate Fórmula Extensamente hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)	Vitamina de banana com aveia Fórmula Extensamente hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)
3ª feira	Vitamina de abacate Fórmula Extensamente hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)	Vitamina de maçã Fórmula Extensamente hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)	Vitamina de banana Fórmula Extensamente hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)	Vitamina de maçã Fórmula Extensamente hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)	Vitamina de Pera Fórmula Extensamente hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)
4ª feira	Vitamina de mamão Fórmula Extensamente hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)	Vitamina de abacate Fórmula Extensamente hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)	Vitamina de maçã Fórmula Extensamente hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)	Vitamina de morango Fórmula Extensamente hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)	Vitamina de abacate Fórmula Extensamente hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)
5ª feira	Vitamina de abacate Fórmula Extensamente hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)	Vitamina de mamão com banana Fórmula Extensamente hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)	Vitamina de abacate Fórmula Extensamente hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)	Vitamina de maçã Fórmula Extensamente hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)	Vitamina de mamão Fórmula Extensamente hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)
6ª feira	Vitamina de maçã com laranja Fórmula Extensamente hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)	Vitamina de morango Fórmula Extensamente hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)	Vitamina de maçã Fórmula Extensamente hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)	Vitamina de banana com aveia Fórmula Extensamente hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)	Vitamina de maçã Fórmula Extensamente hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)

Responsável Técnica

Danielle de Carvalho Rocha - CRN: 15101218

Quadro Técnico

Bruna Raiana dos Santos Vasques - CRN: 13100567

Laryssa Cristina Fernandes Filho de Castro - CRN: 20101146

Leticia Ramalho Braga - CRN: 19100565

Tamires de Oliveira e Souza - CRN: 18100446

Leticia Ramalho Braga
Nutricionista
CRN: 19100565

Laryssa Castro
Nutricionista
CRN: 20101146

Bruna Vasques
Nutricionista
CRN: 13100567

Tamires de Oliveira
Nutricionista
CRN: 18100446



CARDÁPIO 2020/2021

COLAÇÃO - 6 MESES a 1 ANO E 11 MESES

	1º Semana	2º Semana	3º Semana	4º Semana	5º Semana
2ª feira	Maçã raspada	Pera raspada	Maçã raspada	Pera raspada	Maçã raspada
3ª feira	Banana amassada com aveia	Mamão amassado	Pera raspada	Mamão amassado	Banana amassada
4ª feira	Pera raspada	Maçã raspada	Banana amassada	Banana amassada com aveia	Pera raspada
5ª feira	Banana amassada	Pera raspada	Mamão amassado	Pera raspada	Banana amassada
6ª feira	Mamão amassado	Maçã raspada	Banana amassada	Maçã raspada	Mamão amassado

Responsável Técnica

Dainne de Carvalho Rocha - CRN:13101218

Quilto Técnico

Bruna Isaura dos Santos Vasques de Mello - CRN:13100567

Laryssa Cristina Fernandes Filho de Castro - CRN: 20101146

Letícia Ramalho Braga - CRN: 19100565

Tamires de Oliveira e Souza - CRN: 19100446

Letícia Ramalho Braga
Nutricionista
CRN: 19100565

Laryssa de Castro
Nutricionista
CRN 20101146

Bruna Vasques
Nutricionista
CRN-43300567

Tamires Oliveira
Nutricionista
CRN 19100446



CARDÁPIO 2020/2021

ALMOÇO - 6 MESES a 1 ANO E 11 MESES

	1º Semana	2º Semana	3º Semana	4º Semana	5ª Semana
2ª feira	Caldo de feijão Arroz (papa) Purê de batata inglesa (Com fórmula PEPTI) Cenoura cozida e amassada Couve picada e refogada Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Suco de Melão	Caldo de feijão Arroz (papa) Abobrinha refogada e amassada Beterraba cozida e amassada Inhame cozido e amassado Carne moída ao molho de tomate Sob.: Suco de Melancia	Caldo de feijão Arroz (papa) Abóbora cozida e amassada Couve picada e refogada Cará cozido e amassado Carne desfiada (Músculo) Sob.: Pera raspada	Caldo de feijão Arroz (papa) Beterraba cozida e amassada Cenoura cozida e amassada Batata baroa cozida e amassada Chuchu cozido e refogado Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Macã raspada	Caldo de feijão Arroz (papa) Cenoura cozida e amassada Chuchu cozido e refogado Batata baroa cozida e amassada Cará cozido e amassado Carne moída ao molho de tomate Sob.: Pera raspada
3ª feira	Beterraba cozida e amassada Espinafre refogado e picado Inhame cozido e amassado Carne desfiada (Pá picada) Sob.: Suco de Laranja Lima	Brocolis cozido e picado Batata baroa cozida e amassada Chuchu cozido e amassado Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Suco de Manga	Batata doce cozida e amassada Chuchu cozido e amassado Almeirão picado e refogado Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Macã raspada	Caldo de feijão Arroz (papa) Abóbora cozida e amassada Beterraba cozida e amassada Batata doce cozida e amassada Almeirão picado e refogado Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Suco de Melão	Caldo de feijão Arroz (papa) Massinha ao molho tomate Chuchu cozido e amassado Abobrinha refogada e amassada Carne desfiada (Pá picada) Sob.: Suco de Manga
4ª feira	Abóbora cozida e amassada Almeirão picado e refogado Cará cozido e amassado Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Banana amassada com aveia	Cenoura cozida e amassada Espinafre refogado e picado Batata doce cozida e amassada Carne desfiada (Músculo) Sob.: Pera raspada	Abóbora cozida e amassada Beterraba cozida e amassada Almeirão picado e refogado Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Suco de Melão	Caldo de feijão Arroz (papa) Beterraba cozida e amassada Cenoura cozida e amassada Batata baroa cozida e amassada Chuchu cozido e refogado Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Mameão amassado	Caldo de feijão Arroz (papa) Massinha ao molho tomate Chuchu cozido e amassado Abobrinha refogada e amassada Carne desfiada (Pá picada) Sob.: Suco de Manga
5ª feira	Alpim cozido e amassado Brócolis cozido e picado Abobrinha refogada e amassada Carne desfiada (Músculo) Sob.: Macã raspada	Chuchu cozido e amassado Beterraba cozida e refogada Alpim cozido e amassado Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Suco de Melão	Abobrinha cozido e amassado Brócolis cozido e picado Inhame cozido e amassado Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Banana amassada	Caldo de feijão Arroz (papa) Espinafre cozido e amassado Cenoura cozida e amassada Batata baroa cozida e amassada Chuchu cozido e amassado Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Suco de Laranja Lima	Caldo de feijão Arroz (papa) Cenoura cozida e amassada Espinafre cozido e amassado Alpim cozido e amassado Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Suco de Melancia
6ª feira	Caldo de feijão Arroz (papa) Espinafre refogado e picado Cenoura cozida e amassada Batata baroa cozida e amassada Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Pera raspada	Massinha ao molho tomate Beterraba cozida e amassada Brócolis cozido e picado Abobrinha refogada e amassada Carne desfiada (Pá picada) Sob.: Banana amassada com aveia	Caldo de feijão Arroz (papa) Espinafre cozido e amassado Batata doce cozida e amassada Chuchu cozido e amassado Carne moída ao molho de tomate Sob.: Suco de Laranja Lima	Caldo de feijão Arroz (papa) Cenoura cozida e amassada Espinafre picado e refogado Alpim cozido e amassado Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Suco de Melancia	Caldo de feijão Arroz (papa) Espinafre cozido e refogado Chuchu cozido e amassado Batata doce cozida e amassada Carne desfiada (Músculo) Sob.: Suco de Laranja Lima

Obs: As proteínas (Carne e Frango) devem ser temperadas com alho e cebola. Após amassar os legumes acrescentar um fio de azeite.

Responsável Técnica

Daniene de Carvalho Rocha - CRN:15107218

Quilômetro Técnico

Diana Helena dos Santos Vasques do Matos - CRN:13100567

Layssa Cristina Fernandes Filho de Castro - CRN: 20101146

Leidja Ramalho Braga - CRN: 19100565

Tamires de Oliveira e Souza - CRN: 18100446

Letícia Guimarães Braga
 Nutricionista
 CRN: 19100565

Laryssa Castro
 Nutricionista
 CRN: 20101146

Priscila Vasques
 Nutricionista
 CRN: 413300567

Tamires Oliveira
 Nutricionista
 CRN: 18100446



ALERGIA AO LEITE DE VACA E LEITE DE SOJA

CARDÁPIO 2020/2021

LANCHE - 6 MESES a 1 ANO E 11 MESES

	1º Semana	2º Semana	3º Semana	4º Semana	5º Semana
2ª feira	Vitamina de Abacate Fórmula Extensamente hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)	Vitamina de mamão com laranja Fórmula Extensamente hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)	Vitamina de banana Fórmula Extensamente hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)	Vitamina de banana com mamão e aveia Fórmula Extensamente hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)	Vitamina de mamão Fórmula Extensamente hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)
3ª feira	Vitamina de maçã Fórmula Extensamente hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)	Vitamina de Pera Fórmula Extensamente hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)	Vitamina de mamão com laranja Fórmula Extensamente hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)	Vitamina de abacate Fórmula Extensamente hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)	Vitamina de abacate Fórmula Extensamente hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)
4ª feira	Vitamina de Abacate Fórmula Extensamente hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)	Vitamina de banana com aveia Fórmula Extensamente hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)	Vitamina de Abacate Fórmula Extensamente hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)	Vitamina de Pera Fórmula Extensamente hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)	Vitamina de morango Fórmula Extensamente hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)
5ª feira	Vitamina de mamão com aveia Fórmula Extensamente hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)	Vitamina de maçã Fórmula Extensamente hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)	Vitamina de maçã com aveia Fórmula Extensamente hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)	Vitamina de banana com pera Fórmula Extensamente hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)	Vitamina de Pera e maçã Fórmula Extensamente hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)
6ª feira	Vitamina de morango com banana Fórmula Extensamente hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)	Vitamina de Abacate Fórmula Extensamente hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)	Vitamina de Pera Fórmula Extensamente hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)	Vitamina de abacate Fórmula Extensamente hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)	Vitamina de banana com aveia Fórmula Extensamente hidrolisada (PEPTI) (específico para idade)

Elaborado por:

Diagnóstico Nutricional - RSC 151/1/1/1/1

Diagnóstico Nutricional - RSC 151/1/1/1/1

Diagnóstico Nutricional - RSC 151/1/1/1/1

Diagnóstico Nutricional - RSC 151/1/1/1/1

Diagnóstico Nutricional - RSC 151/1/1/1/1

Diagnóstico Nutricional - RSC 151/1/1/1/1

Diagnóstico Nutricional - RSC 151/1/1/1/1

Diagnóstico Nutricional - RSC 151/1/1/1/1

Diagnóstico Nutricional - RSC 151/1/1/1/1

Diagnóstico Nutricional - RSC 151/1/1/1/1

Diagnóstico Nutricional - RSC 151/1/1/1/1

Diagnóstico Nutricional - RSC 151/1/1/1/1

Diagnóstico Nutricional - RSC 151/1/1/1/1

Diagnóstico Nutricional - RSC 151/1/1/1/1

Diagnóstico Nutricional - RSC 151/1/1/1/1

Diagnóstico Nutricional - RSC 151/1/1/1/1

Diagnóstico Nutricional - RSC 151/1/1/1/1

Diagnóstico Nutricional - RSC 151/1/1/1/1

Diagnóstico Nutricional - RSC 151/1/1/1/1

Diagnóstico Nutricional - RSC 151/1/1/1/1

Diagnóstico Nutricional - RSC 151/1/1/1/1

Diagnóstico Nutricional - RSC 151/1/1/1/1

Diagnóstico Nutricional - RSC 151/1/1/1/1

Diagnóstico Nutricional - RSC 151/1/1/1/1

Diagnóstico Nutricional - RSC 151/1/1/1/1

Diagnóstico Nutricional - RSC 151/1/1/1/1

Letícia Ramalho Braga
 Nutricionista
 CRN: 19100565

Carlyssa Castro
 Nutricionista
 CRN: 19100565

Bruna Paesques
 Nutricionista
 CRN: 413100567

Tamires Oliveira
 Nutricionista
 CRN: 4-18100446





CARDÁPIO 2020/2021

JANTAR - 6 MESES a 1 ANO E 11 MESES

	1ª Semana	2ª Semana	3ª Semana	4ª Semana	5ª Semana
2ª feira	Sopa de abóbora e inhame carne desfiada (músculo) Sob.: Mamão amassado	Sopa de Legumes (Alpim, abóbora, cenoura, repolho, couve e massinha) Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Macã raspada	Caldo verde (Inhame, couve) Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Suco de Laranja lima	Polenta couve picada Carne desfiada (carne moída) Sob.: Suco de Melão	Sopade inhame (Couve e inhame) Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Suco de Manga
3ª feira	Sopa de feijão (massinha batata inglesa, cenoura) Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Pera raspada	Caldo verde com batata e couve carne desfiada (músculo) Sob.: Suco de Laranja lima	Polenta com carne moída e agrião Sob.: Suco de Melancia	Sopa de legumes (massinha, batata inglesa, cenoura, beterraba) Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Banana amassada	Caldo de alpim Carne moída Sob.: Mamão amassado
4ª feira	Caldo de Alpim (Alpim, couve picada) carne desfiada (Pá picada) Sob.: Suco de Manga	Sopa de Inhame (Inhame e couve) Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Suco de Melão	Sopa de feijão (massinha, batata inglesa, cenoura, beterraba) Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Suco de Manga	Caldo verde (batata inglesa, brócolis) carne desfiada (músculo) Sob.: Macã raspada	Sopade ervilha (Batata, cenoura) Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Banana amassada
5ª feira	Sopa de legumes (Batata doce, chuchu, cenoura abóbora, inhame e couve picada) Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Suco de Melão	Canjiquinha amarela Carne moída Sob.: Banana amassada	Sopa de inhame (Inhame, cenoura) carne desfiada (músculo) Sob.: Pera raspada	Canja (arroz, batata inglesa, cenoura, hortelã, frango desfiado) Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Suco de Manga	Caldo verde com batata, couve picada Carne desfiada (Pá Picada) Sob.: Suco de Laranja lima
6ª feira	Polenta com e agrião carne moída Sob.: Macã raspada	Caldo de abóbora (Espinafre e abóbora) Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Suco de Manga	Canja (arroz, batata inglesa, cenoura) hortelã, frango desfiado Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Mamão amassado	Canjiquinha amarela carne moída Sob.: Suco de Laranja lima	Sopa de legumes (Chuchu, cenoura, batata doce cará, repolho e couve) Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Suco de Melancia

Responsável Técnica

Vanusa de Carvalho Rocha - CRN:15107218

Qualificação

Bruna Moura dos Santos Vasques de Moraes - CRN:13180067

Laryssa Carolina Fernandes Filho de Camo - CRN: 20101146

Leticia Romualdo Braga - CRN: 19100565

Família de Oliveira e Souza - CRN: 18100446

Leticia Romualdo Braga
 Nutricionista
 CRN 19100565

Laryssa Castro
 Nutricionista
 CRN 20101146

Bruna Vasques
 Nutricionista
 CRN 13180067

Família de Oliveira e Souza
 Nutricionista
 CRN 18100446



ESTADO DO RIO DE JANEIRO
Prefeitura Municipal de Mangaratiba
Secretaria Municipal de Educação, Esporte e Lazer
Diretoria de Nutrição

CARDÁPIO 2020/2021 Alergia ao ovo DESJEJUM - 6 MESES a 1 ANO E 11 MESES

	1º Semana	2º Semana	3º Semana	4º Semana	5º Semana
2ª feira	Vitamina de banana	Mingau de aveia	Vitamina de mamão	Vitamina de abacate	Vitamina de banana com aveia
3ª feira	Mingau de aveia	Vitamina de maçã	Vitamina de Banana	Mingau de aveia	Mingau de aveia
4ª feira	Vitamina de mamão	Vitamina abacate	Mingau de aveia	Vitamina de morango	Vitamina abacate
5ª feira	Vitamina de abacate	Mingau de aveia	Vitamina de abacate	Vitamina de maçã	Vitamina de mamão
6ª feira	Mingau de aveia	Vitamina de morango	Mingau de aveia	Vitamina de banana com aveia	Mingau de aveia

RESPONSÁVEL ESCOLAR

Dalane de Carvalho Rocha -CRN:15101218

Quidde Tescato

Eruma Isaura dos Santos Vasques do Mattos -CRN:13100567

Larysa Cristina Fernandes Filho do Castro - CRN: 20101146

Letícia Ramalho Braga -CRN :19100565

Tamires de Oliveira e Souza -CRN :18100446

Eruma Vasques
Nutricionista
CRN:13100567

Larysa Castro
Nutricionista
CRN:20101146

Letícia Ramalho Braga
Nutricionista
CRN:19100565

Dalane Rocha
Nutricionista
CRN:15101218

Tamires Oliveira
Nutricionista
CRN:18100446



CARDAPIO 2020/2021 Alergia ao ovo COLAÇÃO - 6 MESES a 1 ANO E 11 MESES

	1º Semana	2º Semana	3º Semana	4º Semana	5ª Semana
2ª feira	Maçã raspada	Pera raspada	Maçã raspada	Pera raspada	Maçã raspada
3ª feira	Banana amassada com aveia	Mamão amassado	Pera raspada	Mamão amassado	Banana amassada
4ª feira	Pera raspada	Maçã raspada	Banana amassada	Banana amassada com aveia	Pera raspada
5ª feira	Banana amassada	Pera raspada	Mamão amassado	Pera raspada	Banana amassada
6ª feira	Mamão amassado	Maçã raspada	Banana amassada	Maçã raspada	Mamão amassado

Responsável Técnica

Daniara de Carvalho Rocha - CRN: 15101210

Quilômetro Técnico

Bruma Isaura dos Santos Vasques do Monte - CRN: 13100567

Laryssa Cristiana Fernandes Filho da Castro - CRN: 20101146

Leticia Ramalho Braga - CRN: 13100565

Tatiana da Oliveira e Souza - CRN: 18100446

Bruma Vasques do Monte
Nutricionista
CRN: 13100567

Laryssa Castro
Nutricionista
CRN: 20101146

Leticia Ramalho Braga
Nutricionista
CRN: 13100565

Dolaine Rocha
Nutricionista
CRN: 15101210

Tatiana da Oliveira e Souza
Nutricionista
CRN: 18100446



CARDÁPIO 2020/2021

Alergia ao ovo

ALMOÇO - 6 MESES a 1 ANO E 11 MESES

	1ª Semana	2ª Semana	3ª Semana	4ª Semana	5ª Semana
2ª feira	Caldo de feijão Arroz (papa) Purê de batata inglesa Cenoura cozida e amassada Couve picada e refogada Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Suco de Melão	Caldo de feijão Arroz (papa) Abobrinha refogada e amassada Beterraba cozida e amassada Inhame cozido e amassado Carne moída ao molho de tomate Sob.: Suco de Melancia	Caldo de feijão Arroz (papa) Abobora cozida e amassada Couve picada e refogada Cará cozido e amassado Carne desfiada (Músculo) Sob.: Pera raspada	Caldo de feijão Arroz (papa) Beterraba cozida e amassada Batata baroa cozida e amassada Abobora cozida e amassada Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Maçã raspada	Caldo de feijão Arroz (papa) Cenoura cozida e amassada Couve picada e refogada Cará cozido e amassado Carne moída ao molho de tomate Sob.: Pera raspada
3ª feira	Caldo de feijão Arroz (papa) Beterraba cozida e amassada Espinafre refogado e picado Inhame cozido e amassado Carne desfiada (Pá picada) Sob.: Suco de Laranja Lima	Caldo de feijão Arroz (papa) Brocolis cozido e picado Batata baroa cozida e amassada Chuchu cozido e amassado Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Suco de Manga	Caldo de feijão Arroz (papa) Batata doce cozida e amassada Chuchu cozido e amassado Almeirão picado e refogado Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Maçã raspada	Caldo de feijão Arroz (papa) Batata doce cozida e amassada Chuchu cozido e amassado Almeirão picado e refogado Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Maçã raspada	Caldo de feijão Arroz (papa) Cenoura cozida e amassada Batata baroa cozida e amassada Abobora cozida e amassada Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Pera raspada
4ª feira	Abobora cozida e amassada Almeirão picado e refogado Cará cozido e amassado Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Banana amassada com aveia	Cenoura cozida e amassada Espinafre refogado e picado Batata doce cozida e amassada Carne desfiada (Músculo) Sob.: Pera raspada	Abobora cozida e amassada Beterraba cozida e cozida Alpim cozido e amassado Carne desfiada (Pá picada) Sob.: Suco de Melão	Beterraba cozido e amassado Batata doce cozida e amassada Almeirão picado e refogado Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Mamão amassado	Chuchu cozido e amassado Abobrinha refogada e amassada Almeirão picado e refogado Carne desfiada (Pá picada) Sob.: Suco de Manga
5ª feira	Caldo de feijão Arroz (papa) Alpim cozido e amassado Brocolis cozido e picado Abobrinha refogada e amassada Carne desfiada (Músculo) Sob.: Maçã raspada	Caldo de feijão Arroz (papa) Chuchu cozido e amassado Beterraba cozida e refogada Alpim cozido e amassado Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Suco de Melão	Caldo de feijão Arroz (papa) Abobrinha cozido e amassado Brocolis cozido e picado Inhame cozido e amassado Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Banana amassada	Caldo de feijão Arroz (papa) Brocolis cozido e picado Inhame cozido e amassado Abobora cozida e refogada Carne desfiada (Pá picada) Sob.: Suco de Laranja Lima	Caldo de feijão Arroz (papa) Cará cozido e amassado Abobora cozida e amassada Almeirão picado e refogado Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Suco de Melão
6ª feira	Caldo de feijão Arroz (papa) Espinafre refogado e picado Cenoura cozida e amassada Batata baroa cozida e amassada Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Pera raspada	Caldo de feijão Arroz (papa) Massinha sem ovos ao molho tomate Beterraba cozida e amassada Brocolis cozido e picado Abobrinha refogada e amassada Carne desfiada (Pá picada) Sob.: Banana amassada com aveia	Caldo de feijão Arroz (papa) Espinafre cozido e refogado Batata doce cozida e amassada Chuchu cozido e amassado Carne moída ao molho de tomate Sob.: Suco de Laranja Lima	Caldo de feijão Arroz (papa) Cenoura cozida e amassada Espinafre cozido e refogado Alpim cozido e amassado Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Suco de Melancia	Caldo de feijão Arroz (papa) Espinafre picado e refogado Chuchu cozido e amassado Batata doce cozida e amassada Carne desfiada (Músculo) Sob.: Suco de Laranja Lima

Obs: As proteínas (Carne e Frango) devem ser temperadas com alho e cebola. Após amassar os legumes acrescentar um fio de azeite.

Escola Municipal de Educação Infantil
 Rua: ...
 CRN: ...

Leticia Ramalho Braga
 Nutricionista
 CRN: 1600565

Escola Municipal de Educação Infantil
 Rua: ...
 CRN: ...

Brigitte Rodrigues
 Nutricionista
 CRN: 413100567

Larys Castro
 Nutricionista
 CRN: 2011011146

Vanessa Oliveira
 Nutricionista
 CRN: 18100567

...
 Nutricionista
 CRN: ...

...
 Nutricionista
 CRN: ...



ESTADO DO RIO DE JANEIRO
 Prefeitura Municipal de Mangaratiba
 Secretaria Municipal de Educação, Esporte e Lazer
 Diretoria de Nutrição

CARDÁPIO 2020/2021 Alergia ao ovo LANCHE - 6 MESES a 1 ANO E 11 MESES

	1º Semana	2º Semana	3º Semana	4º Semana	5º Semana
2ª feira	Mingau de aveia	Vitamina de mamão com laranja	Mingau de fubá	Vitamina de banana com mamão e aveia	Vitamina de mamão
3ª feira	Vitamina de maçã	Mingau de aveia	Vitamina de mamão com laranja	Vitamina de abacate	Mingau de fubá
4ª feira	Vitamina de Abacate	Vitamina de banana com aveia	Vitamina Abacate	Mingau de fubá	Vitamina de morango
5ª feira	Vitamina de mamão com aveia	Vitamina de maçã	Mingau de aveia	Vitamina de banana com pera	Vitamina de Pera e maçã
6ª feira	Vitamina de morango com banana	Vitamina de Abacate	Vitamina de Pera	Mingau de aveia	Vitamina de banana com aveia

ESPECIALIZADA EM EDUCAÇÃO
 DOUTORA EM CIÊNCIAS BIOLÓGICAS - CRN: 15403238
 MESTRE EM EDUCAÇÃO EM NÍVEL DE PÓS-GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO - CRN: 93040562
 ESPECIALISTA EM EDUCAÇÃO EM NÍVEL DE PÓS-GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO - CRN: 201001146
 ESPECIALISTA EM EDUCAÇÃO EM NÍVEL DE PÓS-GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO - CRN: 19100565
 ESPECIALISTA EM EDUCAÇÃO EM NÍVEL DE PÓS-GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO - CRN: 19100565

Grina Marques
 Nutricionista
 CRN: 4340067

Laryssa Castro
 Nutricionista
 CRN: 20101146

Letícia Ramalho Braga
 Nutricionista
 CRN: 19100565

Poliana Rocha
 Nutricionista
 CRN: 19101248

Tamires Oliveira
 Nutricionista
 CRN: 19100565



ESTADO DO RIO DE JANEIRO
 Prefeitura Municipal de Mangaratiba
 Secretaria Municipal de Educação, Esporte e Lazer
 Diretoria de Nutrição

CARDÁPIO 2020/2021

Alergia ao ovo

JANTAR - 6 MESES a 1 ANO E 11 MESES

	1º Semana	2º Semana	3º Semana	4º Semana	5ª Semana
2ª feira	Sopa de abóbora e inhame carne desfiada (músculo) Sob.: Manteiga amassada	Sopa de Legumes (alpin, abóbora, cenoura, repolho, couve e massinha sem ovos) Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Maciã raspada	Caldo verde (inhame, couve) Frango desfiado (Filé de Frango)	Polenta com carne moída e agrião	Sopa de inhame (couve e inhame) Carne desfiada (carne moída)
3ª feira	Sopa de feijão (massinha sem ovos, batata inglesa, cenoura) Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Pera raspada	Caldo verde com batata e couve carne desfiada (músculo) Sob.: Suco de Laranja lima	Polenta com carne moída e agrião	Sopa de legumes (inhame, batata baroa, abóbora) massinha sem ovos, chuchu) Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Banana amassada	Caldo de alpin Carne moída
4ª feira	Caldo de Alpin (Alpin, couve picada) carne desfiada (pá picada) Sob.: Suco de Manga	Sopa de Inhame (Inhame e couve) Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Suco de Melão	Sopa de feijão (massinha sem ovos batata inglesa, cenoura, beterraba) Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Suco de Manga	Caldo verde (batata inglesa, brocolis) carne desfiada (músculo) Sob.: Maciã raspada	Sopa de ervilha (Batata, cenoura) Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Banana amassada
5ª feira	Sopa de legumes (Batata doce, chuchu, cenoura abóbora, inhame e couve picada Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Suco de Melão	Canjiquinha amarela Carne moída Sob.: Banana amassada	Sopa de inhame (inhame, cenoura) carne desfiada (músculo) Sob.: Pera raspada	Canja (arroz, batata inglesa, cenoura) hortaliça Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Suco de Manga	Caldo verde com batata, couve picada Carne desfiada (Pá Picada) Sob.: Suco de Laranja Lima
6ª feira	Polenta com e agrião carne moída Sob.: Maciã raspada	Caldo de abóbora (espinafre e abóbora) Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Suco de Manga	Canja (arroz, batata inglesa, cenoura) hortaliça Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Manteiga amassada	Canjiquinha amarela carne moída Sob.: Suco de Manga	Sopa de legumes (chuchu, cenoura, batata doce cará, repolho e couve) Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Suco de Melancia

REGISTRO DE NUTRICIONISTAS
 Conselho de Nutricionistas do Estado do Rio de Janeiro - CREN: 19100565
 Conselho de Nutricionistas do Município de Mangaratiba - CREN: 19100565
 Conselho de Nutricionistas do Município de Mangaratiba - CREN: 19100565
 Conselho de Nutricionistas do Município de Mangaratiba - CREN: 19100565

Manuela Paschoa
 Nutricionista
 CRN: 19100565

Francine Oliveira
 Nutricionista
 CRN: 19100565

Larissa Castro
 Nutricionista
 CRN: 20101146

Danielle Rocha
 Nutricionista
 CRN: 19101278

Letícia Ramalho Braga
 Nutricionista
 CRN: 19100565



ESTADO DO RIO DE JANEIRO
 Prefeitura Municipal de Mangaratiba
 Secretaria Municipal de Educação, Esporte e Lazer
 Diretoria de Nutrição

CARDÁPIO 2020/2021

ALERGIA AO OVO

DESJEJUM - 2 a 3 anos e 11 meses

	1ª Semana	2ª Semana	3ª Semana	4ª Semana	5ª Semana
2ª feira	Mingau de maisena	Biscoito água e sal Achocolatado	Biscoito maria Leite caramelizado	Mingau de chocolate	Biscoito água e sal Leite com baunilha
3ª feira	Biscoito cream-cracker Leite caramelizado	Biscoito maisena Café com leite	Biscoito água e sal Achocolatado	Biscoito cream cracker Café com leite	Mingau de maisena
4ª feira	Biscoito Maisena Café com leite	Biscoito maria Leite com baunilha	Biscoito maisena Café com leite	Biscoito maisena Achocolatado	Biscoito maria Café com leite
5ª feira	Biscoito água e sal Achocolatado	Biscoito cream-cracker Leite caramelizado	Mingau de cremograma	Biscoito maria Leite com baunilha	Biscoito maisena Leite caramelizado
6ª feira	Biscoito maria Leite com baunilha	Mingau de aveia	Biscoito cream-cracker Leite com baunilha	Biscoito água e sal Leite caramelizado	Biscoito cream-cracker Achocolatado

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

Diretoria de Nutrição - CRN: 15101218

SABRINA FERREIRA SANTANA VARELLA DE MATEUS - CRN: 15100567

BRUNO FERREIRA DE SAUSSELE FERREIRA DE CARVALHO - CRN: 20101146

LARYSSA CRISTINA FERREIRA FERREIRA - CRN: 15100565

LETICIA RANALDO BRAGA - CRN: 15100446

Dolores Rocha
 Nutricionista
 CRN: 15101218

Bruno
 Nutricionista
 CRN: 20101146

Laryssa Castro
 Nutricionista
 CRN: 15100565

Tamara Oliveira
 Nutricionista
 CRN: 15100446

Leticia Ranaldo Braga
 Nutricionista
 CRN: 15100565



ESTADO DO RIO DE JANEIRO
 Prefeitura Municipal de Mangaratiba
 Secretaria Municipal de Educação, Esporte e Lazer
 Diretoria de Nutrição

CARDÁPIO 2020/2021

ALERGIA AO OVO COLAÇÃO - 2 ANOS A 3 ANOS 11 MESES - Fevereiro / Setembro / Outubro / Novembro / Dezembro

	1º Semana	2º Semana	3º Semana	4º Semana	5ª Semana
2ª feira	MAÇÃ	PERA	MAÇÃ	PERA	MAÇÃ
3ª feira	BANANA	MAMÃO	BANANA	MAMÃO	BANANA
4ª feira	PERA	MELANCIA	MELÃO	MELANCIA	MELÃO
5ª feira	LARANJA LIMA	MAÇÃ	LARANJA LIMA	MAÇÃ	LARANJA LIMA
6ª feira	MAMÃO	LARANJA LIMA	MAMÃO	LARANJA LIMA	MAMÃO

FRANCOISCA MARIELE FERREIRA
 Coordenadora de Nutrição - CRN: 358132718
 Coordenadora de Educação Especial - CRN: 358132718
 Coordenadora de Saúde Bucal - CRN: 358132718
 Coordenadora de Saúde da Criança - CRN: 358132718
 Coordenadora de Saúde da Mulher - CRN: 358132718
 Coordenadora de Saúde do Idoso - CRN: 358132718
 Coordenadora de Saúde do Adolescente - CRN: 358132718
 Coordenadora de Saúde do Trabalhador - CRN: 358132718

Boisone Rocha
 Nutricionista
 CRN: 75101213

Bruma Vasques
 Nutricionista
 CRN: 45109567

Larys de Castro
 Nutricionista
 CRN: 80101146

Fabrizio Oliveira
 Nutricionista
 CRN: 418100546

Letícia Ramalho Braga
 Nutricionista
 CRN: 49000565



ESTADO DO RIO DE JANEIRO
 Prefeitura Municipal de Mangaratiba
 Secretaria Municipal de Educação, Esporte e Lazer
 Diretoria de Nutrição

CARDÁPIO 2020/2021

ALERGIA AO OVO

COLAÇÃO - 2 ANOS A 3 ANOS 11 MESES - Safra Caqui: Março / Abril / Maio

	1ª Semana	2ª Semana	3ª Semana	4ª Semana	5ª Semana
2ª feira	CAQUI	PERA	MAÇÃ	PERA	MAÇÃ
3ª feira	BANANA	MAMÃO	BANANA	CAQUI	BANANA
4ª feira	PERA	CAQUI	MELÃO	MELANCIA	MELÃO
5ª feira	LARANJA LIMA	MAÇÃ	CAQUI	MAÇÃ	CAQUI
6ª feira	MAMÃO	LARANJA LIMA	MAMÃO	LARANJA LIMA	MAMÃO

REGISTRO EM EXERCÍCIO

Exatidão do Conselho Regional de Nutrição - CRN: 51012149
 Conselho Regional de Nutrição do Estado do Rio de Janeiro - CRN: 33000607
 Conselho Regional de Nutrição do Estado do Rio de Janeiro - CRN: 30001748
 Conselho Regional de Nutrição do Estado do Rio de Janeiro - CRN: 33000605
 Conselho Regional de Nutrição do Estado do Rio de Janeiro - CRN: 33000606
 Conselho Regional de Nutrição do Estado do Rio de Janeiro - CRN: 33000608

Dolaine Rocha
 Nutricionista
 CRN: 15107718

Bruna Magalhães
 Nutricionista
 CRN: 15107718

Laryssa Castro
 Nutricionista
 CRN: 20101146

Família Oliveira
 Nutricionista
 CRN: 15107718

Leticia Ramalho Braga
 Nutricionista
 CRN: 19100565



ESTADO DO RIO DE JANEIRO
 Prefeitura Municipal de Mangaratiba
 Secretaria Municipal de Educação, Esporte e Lazer
 Diretoria de Nutrição

CARDÁPIO 2020/2021

ALERGIA AO OVO

COLAÇÃO - 2 ANOS A 3 ANOS 11 MESES - Safra Tangerina: Junho / Julho / Agosto

	1º Semana	2º Semana	3º Semana	4º Semana	5º Semana
2ª feira	TANGERINA	PERA	MAÇÃ	PERA	MAÇÃ
3ª feira	BANANA	MAMÃO	BANANA	TANGERINA	BANANA
4ª feira	PERA	TANGERINA	MELÃO	MELANCIA	MELÃO
5ª feira	LARANJA LIMA	MAÇÃ	TANGERINA	MAÇÃ	TANGERINA
6ª feira	MAMÃO	LARANJA LIMA	MAMÃO	LARANJA LIMA	MAMÃO

EMERSON AUGUSTO LOPES
 Coordenador Geral de Nutrição - CRN: 15100565
 Coordenador de Colação - CRN: 15100565
 Coordenador de Educação Alimentar - CRN: 15100565
 Coordenador de Educação em Saúde - CRN: 15100565
 Coordenador de Educação em Saúde - CRN: 15100565
 Coordenador de Educação em Saúde - CRN: 15100565

Dolores Rocha
 Nutricionista
 CRN: 15101218

Bruna Marques
 Nutricionista
 CRN: 413100567

Leticia de Castro
 Nutricionista
 CRN: 20101146

Fátima Oliveira
 Nutricionista
 CRN: 218100446

Leticia Ramalho Braga
 Nutricionista
 CRN: 19100565



CARDÁPIO 2020/2021 ALMOÇO - 2 ANOS A 3 ANOS 11 MESES - Fevereiro/ Setembro/ Outubro/ Novembro / Dezembro

	1ª Semana	2ª Semana	3ª Semana	4ª Semana	5ª Semana
2ª feira	Ovos mexidos (cebola e orégano) Arroz Farofa de Cenoura (margarina sem sal) Betrerraba com cheiro verde Sob.: Melão Feijão	Jardineira de legumes com carne moída (vagem e cenoura) Arroz Sob.: Maçã Feijão	Macarão ao molho de tomate Ovo Cozido Durque de Abóbora e chuchu Arroz com cenoura Sob.: Pera Feijão	Ovos mexidos (cebola e orégano) Salada de inhame e cenoura cozidos com cheiro verde Arroz Sob.: Maçã Feijão	Carne seca acedionada Arroz Quibebe (abóbora) Arroz Sob.: Pera
3ª feira	Frango Assado (Coxa e sobrecoxa) e batata palha) Arroz Colorido (Cenoura, milho ervilha e batata palha) Stroganoff de carne (Pá picada) Leite desnatado Sob.: Laranja lima Feijão	Frango cozido (filé de peito) Arroz Sob.: Banana Arroz	Batata Soulé (sem margarina) Stroganoff de frango (leite desnatado) (filé de Frango) Arroz Sob.: Abacaxi Feijão	Isca de tilápia Abobrinha refogada com tomate Purê de batata (margarina sem sal e leite desnatado) Arroz Sob.: Melancia Feijão	Salada de chuchu e beterraba com cheiro verde Arroz Peixe cozido Arroz Sob.: Doce de abóbora Feijão
4ª feira	Frango Assado (Coxa e sobrecoxa) Abobrinha ao molho branco (com leite desnatado) Salada de Tomate Sob.: Banana Feijão	Omelete (cebola, tomate e espinafre) Arroz Quibebe (abóbora) Arroz Sob.: Pera	Vaca alada (Pá inteira com alpin) Arroz Arroz Arroz Arroz Arroz Sob.: Melancia	Salpicão (filé de frango desfiado, cebola, tomate, cenoura, vagem, batata-palha) Arroz Sob.: Mamão Feijão	(Batata doce, cenoura repolho e pá inteira) Arroz Cozido Arroz Sob.: Banana Feijão
5ª feira	Couve refogada Arroz Polenta Carne moída ao Sugo Sob.: Maçã Feijão	Moqueca de Peixe (cebola, pimentão, coentro) Arroz Sob.: Melancia Feijão	Couve picada e refogada Arroz Polenta Arroz Arroz Sob.: Banana	Carne Assada (Pá inteira) Arroz Farofa de Couve Molho à campariha Arroz Sob.: Laranja Pera	Frango ensopado (filé de peito) com alpin Arroz Arroz Sob.: Abacaxi Feijão
6ª feira	Salada de batata e cenoura Arroz Isca de Frango (filé de Frango) Sob.: Pera	Risoto (arroz, cenoura, cebola tomate, file de frango desfiado) Arroz Sob.: Doce de banana	Figado acobalado Arroz Salada de cenoura e batata doce (picada e cozida) Arroz Sob.: Laranja Pera	Frango Assado (Coxa e sobrecoxa) Arroz Salada de Abóbora e Couve flor cozida Arroz Sob.: Melão	Sulfité de legumes (ovos, tomate e cebola) Arroz Arroz Sob.: Laranja Pera

Responsável Técnica
 Daniele de Carvalho Becker - CRN 15191216
 Quênio Taciolo
 Ruanu Maura da Silva Vasques de Moraes - CRN 11109517
 Laryssa Cidália F. Cruz e Silva - CRN 20101146
 Leticia Ramalho Braga - CRN 19100565
 Tamires Oliveira - CRN 2-18100446

Leticia Ramalho Braga
 Nutricionista
 CRN: 19100565

Laryssa Castro
 Nutricionista
 CRN 20101146

Tamires Oliveira
 Nutricionista
 CRN 2-18100446





CARDÁPIO 2020/2021

ALERGIA AO OVO ALMOÇO - 2 ANOS A 3 ANOS 11 MESES - Safra Caqui: Março / Abril / Maio

	1ª Semana	2ª Semana	3ª Semana	4ª Semana	5ª Semana	
2ª feira	<p>1º Frango ensopado Farofa de Cenoura Belderraba com chifre verde</p> <p>Sob.: Maizão Feijão</p>	<p>Jardineira de legumes com carne moída (vagem e cenoura)</p> <p>Sob.: Maçã Feijão Arroz</p>	<p>Macarão (sem ovos) ao molho de tomate Carnê moída Dique de Abóbora e chuchu</p> <p>Sob.: Pera Feijão Arroz com cenoura</p>	<p>Isca de frango Salada de cenoura cozida com chifre verde</p> <p>Sob.: Maçã Feijão Arroz</p>	<p>Carne seca acebolada Quibebe (abóbora)</p> <p>Sob.: Pera Feijão Arroz</p>	
3ª feira	<p>Arroz colorido (Cenoura, milho, ervilha e batata-palha) Stroganoff de carne (Pá picada)</p> <p>Sob.: Caqui Feijão Arroz</p>	<p>Frango cozido (filé de peito) Purê de inhame Belderraba cozida com chifre verde</p> <p>Sob.: Caqui Feijão Arroz</p>	<p>Batata Soule Stroganoff de frango (Filé de Frango)</p> <p>Sob.: Abacaxi Feijão Arroz</p>	<p>Isca de frango Abobrinha refogada com tomate Purê de batata</p> <p>Sob.: Melancia Feijão Arroz</p>	<p>Peixe cozido Salada de chuchu e belderraba com chifre verde</p> <p>Sob.: Caqui Feijão Arroz</p>	
4ª feira	<p>Frango Assado (Coxa e sobrecoxa) Abobrinha ao molho branco Salada de Tomate</p> <p>Sob.: Banana Feijão Arroz</p>	<p>Frango cozido (filé de peito) Quibebe (abóbora)</p> <p>Sob.: Pera Feijão Arroz</p>	<p>Vaca atolada (Pá inteira com alpin) Agrido Cozido</p> <p>Sob.: Caqui Feijão Arroz</p>	<p>Salpicão (filé de frango desfiado, cebola, tomate, cenoura, vagem, batata-palha)</p> <p>Sob.: Caqui Feijão Arroz</p>	<p>Arroz com brocolis Frango ensopado (Filé de peito) com alpin</p> <p>Sob.: Banana Feijão Arroz</p>	
5ª feira	<p>Couve refogada Carne moída em Sugo</p> <p>Sob.: Maizão Feijão Arroz</p>	<p>Moqueca de Peixe (cebola, pimentão, coentro)</p> <p>Sob.: Melancia Feijão</p>	<p>Couve picada e refogada</p> <p>Sob.: Banana Feijão Arroz</p>	<p>Carne Assada (Pá Inteira) Farofa de Couve Molho à campanilha</p> <p>Sob.: Laranja Pera Feijão Arroz</p>	<p>Suflê de legumes (sem ovos) com tomate e cebola Creme de espinafre</p> <p>Sob.: Abacaxi Feijão Arroz</p>	
6ª feira	<p>Isca de Frango (Filé de Frango) Salada de batata e cenoura</p> <p>Sob.: Pei Feijão</p>	<p>Risoto (arroz, cenoura, cebola, tomate, filé de frango desfiado)</p> <p>Sob.: Doce de banana Feijão</p>	<p>Figado acebolado Salada de cenoura e batata doce (picada e cozida)</p> <p>Sob.: Laranja Pera Feijão Arroz</p>	<p>Salada de Abóbora e Couve flor cozida</p> <p>Sob.: Maizão Feijão Arroz</p>	<td></td>	

Dalene de Carvalho Rocha - Responsável Técnica CRN 15101218
 Tereza Aparecida de Moraes Costa - Quadro Técnico CRN 0710027
 Ana Carolina de Souza - Quadro Técnico CRN 0710025
 Leticia Ramalho Braga - Quadro Técnico CRN 1510025
 Tamires de Oliveira e Souza - Quadro Técnico CRN 1500448

Leticia Ramalho Braga
 Nutricionista
 CRN: 15100565

Tamires de Oliveira
 Nutricionista
 CRN 4-18100446

Laís de Castro
 Nutricionista
 CRN 20101146





CARDÁPIO 2020/2021

ALERGIA AO OVO ALMOÇO - 2 ANOS A 3 ANOS 11 MESES - Safra Tangerina: Junho / Julho / Agosto

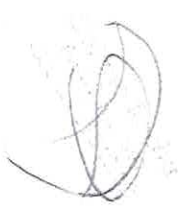
	1ª Semana	2ª Semana	3ª Semana	4ª Semana	5ª Semana
2ª feira	Frango ensopado Farofa de Cenoura Betrerraba com chירו verde Sob.: Melão	Jardineira de legumes com carne moída (vagem e cenoura) Sob.: Maçã	Macarrão (sem ovos) ao molho de tomate Carne moída Duque de Abóbora e chuchu Sob.: Pera	Isca de frango Salada de inhame e cenoura cozido com chירו verde Sob.: Maçã	Carne seca acobolada Quibute (abóbora) Sob.: Pera
3ª feira	Arroz colorido (Cenoura, milho, ervilha e batata-palha) Stroganoff de carne (Pá picada) Sob.: Tangerina	Frango cozido (file de peito) Purê de inhame Betrerraba cozida com chירו verde Sob.: Tangerina	Arroz com cenoura Batata Sauté Stroganoff de frango (File de Frango) Sob.: Abacaxi	Salpicão (file de frango desfiado, cebola, tomate, cenoura, vagem, batata-palha) Sob.: Melancia	Salada de chuchu e beterraba com chירו verde Sob.: Tangerina
4ª feira	Frango Assado (Coxa e sobrecoxa) Abobrinha ao molho branco Salada de Tomate Sob.: Banana	Frango cozido (file de peito) Quibute (abóbora) Sob.: Pera	Veja alodiada (Pá inteira com alpin) Agrido Cozido Sob.: Tangerina	Carne Assada (Pá Inteira) Farofa de Couve Molho à campanilha Sob.: Laranja Pera	Arroz com brocolis Frango ensopado (File de peito) com alpin Sob.: Banana
5ª feira	Couve refogada Carne moída au Sugo Sob.: Maçã	Moqueca de Peixe (cebola, pimentão, coentro) Sob.: Melancia	Couve picada e refogada Sob.: Banana	Frango Assado (Coxa e sobrecoxa) Salada de Abóbora e Couve flor cozida Sob.: Melão	Suflê de legumes (sem ovos) com tomate e cebola Creme de espinafre Sob.: Abacaxi
6ª feira	Isca de Frango (File de Frango) Sela de batata e cenoura Sob.: Pera	Risoto (arroz, cenoura, cebola, tomate, file de frango desfiado) Sob.: Doce de banana	Figado acobolado Salada de cenoura e batata doce (picada e cozida) Sob.: Laranja Pera		

Diane de Cavalho Rocha - Responsável Técnico CRN 15101218
 Ana Paula Cordeiro de Moraes Coimbra - Técnico CRN 151010027
 Bruna Leiria V. de Aguiar - Técnico CRN 1510587
 Leticia Ramalho Braga - Técnico CRN 1510585
 Tamires Oliveira - Técnico CRN 1510446
 Larissa Castro - Técnico CRN 201011146

Leticia Ramalho Braga
 Nutricionista
 CRN: 15100565

Tamires Oliveira
 Nutricionista
 CRN 4-18100446

Larissa Castro
 Nutricionista
 CRN 201011146





ESTADO DO RIO DE JANEIRO
 Prefeitura Municipal de Mangaratiba
 Secretaria Municipal de Educação, Esporte e Lazer
 Diretoria de Nutrição

CARDAPIO 2020/2021

ALERGIA AO OVO

LANCHE - 2 a 3 anos e 11 meses

	1º Semana	2º Semana	3º Semana	4º Semana	5º Semana
2ª feira	Biscoito água e sal Vitamina de abacate	Biscoito maria Café com leite	Biscoito cream-cracker Achocolatado	Biscoito Maisena Suco de abacaxi com hortelã	Bolo de banana (Sem ovos) Café com leite
3ª feira	Bolo de laranja (Sem ovos) Café com leite	Biscoito cream-cracker Vitamina de "A" (Abóbora)	Biscoito maisena Café com leite	Mingau de maisena	Biscoito cream-cracker Achocolatado
4ª feira	Biscoito cream-cracker Leite caramelizado	Mingau de chocolate	Biscoito água e sal Vitamina de mamão	Biscoito maisena Café com leite	Biscoito maria Suco de laranja
5ª feira	Biscoito maisena Suco de Melancia	Biscoito água e sal Vitamina de banana com aveia	Bolo de fubá (Sem ovos) Café com leite	Biscoito cream-cracker Suco de limão	Salada de Frutas com aveia (Banana, Mamão, maçã)
6ª feira	Mingau de maisena	Bolo de cenoura (Sem ovos) Café com leite	Mingau de aveia	Biscoito maria Vitamina de banana	Biscoito água e sal Café com leite

RESERVA Nº 01/1338/2018

DIRETORIA DE NUTRIÇÃO - CRN: 1510713

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, ESPORTE E LAZER
 PREFEITURA MUNICIPAL DE MANGARATIBA
 RUA DO COMENDADOR FERREIRA DO CARVALHO, 20101145
 MANGARATIBA - RJ - CEP: 20101-145
 FONE: (21) 3733-0055
 E-MAIL: nutri@pm.mangaratiba.rj.gov.br

Bruna Yasmin

Nutricionista
 CRN: 43100567

Dairine Rocha

Nutricionista
 CRN: 15101

Laryssa Castro

Nutricionista
 CRN: 20101145

Tamara Oliveira

Nutricionista
 CRN: 4-15-100446

Leticia Ramalho Braga

Nutricionista
 CRN: 15101



CARDÁPIO 2020/2021 ALERGIA A OVO JANTAR - 2 ANOS A 3 ANOS 11 MESES

	1º Semana	2º Semana	3º Semana	4º Semana	5º Semana
2ª feira	Sopa de abóbora e inhame carne desfiada (músculo) Sob.: Banana	Sopa de Legumes (aipim, abóbora, cenoura, repolho, couve e massinha sem ovos) Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Melancia	Caldo verde (inhame, couve) Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Mamão	Polenta couve picada carne desfiada (carne moída) Sob.: Melão	Sopa de inhame (couve e inhame) Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Banana
3ª feira	Sopa de feijão (massinha sem ovos, batata inglesa, cenoura) Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Pera	Caldo verde com batata e couve carne desfiada (músculo) Sob.: Laranja Lima	Polenta com carne moída e agrião Sob.: Melão	Sopa de legumes (batata baroa, abóbora) (inhame, batata baroa, abóbora) massinha sem ovos, chuchu) Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Maçã	Caldo de aipim Carne moída Sob.: Laranja Lima
4ª feira	Caldo de Aipim (Aipim, couve picada) carne desfiada (pã picada) Sob.: Laranja Lima	Sopa de Inhame (inhame e couve) Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Maçã	Sopa de feijão (massinha sem ovos, batata inglesa, cenoura, beterraba) Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Laranja Lima	Caldo verde (batata inglesa, brócolis) carne desfiada (músculo) Sob.: Banana	Sopa de ervilha (Batata, cenoura) Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Mamão
5ª feira	Sopa de legumes (Batata doce, chuchu, cenoura abóbora, inhame e couve picada) Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Melão	Canjiquinha amarela Carne moída Sob.: Mamão	Sopa de inhame (inhame, cenoura) carne desfiada (músculo) Sob.: Pera	Canja (arroz, batata inglesa, cenoura, hortelã) Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Mamão	Caldo verde com batata, couve picada Carne desfiada (Pã Picada) Sob.: Melancia
6ª feira	Polenta com e agrião carne moída Sob.: Maçã	Caldo de abóbora (espinafre e abóbora) Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Melão	Canja (arroz, batata inglesa, cenoura, hortelã) Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Banana	Canjiquinha amarela carne moída Sob.: Pera	Sopa de legumes (chuchu, cenoura, batata doce cará, repolho e couve) Frango desfiado (Filé de Frango) Sob.: Maçã

ESTADO DO RIO DE JANEIRO
 Prefeitura Municipal de Mangaratiba
 Secretaria Municipal de Educação, Esporte e Lazer
 Diretoria de Nutrição

Doiane Rocha
 Nutricionista
 CRM 151018/18

Thaynara Vasques
 Nutricionista
 CRM-413100567

Carlyssy Castro
 Nutricionista
 CRN 201911146

Fátima Oliveira
 Nutricionista
 CRN A-181818/18

Leticia Ramalho Braga
 Nutricionista
 CRN: 14110855



ESTADO DO RIO DE JANEIRO
 Prefeitura Municipal de Mangaratiba
 Secretaria Municipal de Educação, Esporte e Lazer
 Diretoria de Nutrição

CARDÁPIO 2020/2021

ALERGIA AO OVO

DESJEJUM - ESCOLAR

	1º Semana	2º Semana	3º Semana	4º Semana	5º Semana
2ª feira	Mingau de maisena	Biscoito água e sal Açocolatado	Biscoito maria Leite caramelizado	Mingau de chocolate	Biscoito água e sal Leite com baunilha
3ª feira	Biscoito cream-cracker Leite caramelizado	Biscoito maisena Café com leite	Biscoito água e sal Açocolatado	Biscoito cream cracker Café com leite	Mingau de maisena
4ª feira	Biscoito Maisena Café com leite	Biscoito maria Leite com baunilha	Biscoito maisena Café com leite	Biscoito maisena Açocolatado	Biscoito maria Café com leite
5ª feira	Biscoito água e sal Açocolatado	Biscoito cream-cracker Leite caramelizado	Mingau de cremogema	Biscoito maria Leite com baunilha	Biscoito maisena Leite caramelizado
6ª feira	Biscoito maria Leite com baunilha	Mingau de aveia	Biscoito cream-cracker Leite com baunilha	Biscoito água e sal Leite caramelizado	Biscoito cream-cracker Açocolatado

ESBOÇO DE CARDÁPIO ESCOLAR - CRN: 151012710

Elaborado por: **Doiane Rocha** Nutricionista
 CRN: 13400567

Doiane Rocha
 Nutricionista
 CRN: 13400567

Bruna Paquetes
 Nutricionista
 CRN: 13100567

Edyssa Castro
 Nutricionista
 CRN: 20101146

Tamires Oliveira
 Nutricionista
 CRN: 14100565

Letícia Ramalho Braga
 Nutricionista
 CRN: 14100565



CARDÁPIO 2020/2021

ALERGIA AO OVO

ALMOÇO - ESCOLAR - Fevereiro/ Setembro/ Outubro/ Novembro / Dezembro

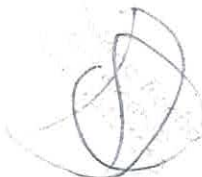
	1ª Semana	2ª Semana	3ª Semana	4ª Semana	5ª Semana
2ª feira	<p>Frango ensopado Farofa de Cenoura Betrerraba com chieiro verde</p> <p>Sob.: Melão Feijão</p>	<p>Jardineira de legumes com carne moída (vagem e cenoura)</p> <p>Sob.: Maçã Feijão</p>	<p>Micarrado (sem ovos) ao molho de tomate Carne moída Duque de Abobora e chuchu</p> <p>Sob.: Pera Feijão</p>	<p>Isca de Frango Arroz</p> <p>Sob.: Maçã Feijão</p>	<p>Carne seca acebolada Quibebe (abobora)</p> <p>Sob.: Pera Feijão</p>
3ª feira	<p>Arroz colorido (Cenoura, milho, ervilha e batata palha) Stroganoff de carne (Pã picada)</p> <p>Sob.: Laranja Pera Feijão</p>	<p>Arroz Frango cozido (filé de peito) Purê de Inhame Betrerraba cozida com chieiro verde</p> <p>Sob.: Banana Feijão</p>	<p>Arroz com cenoura Batata Sauté Stroganoff de frango (Filé de Frango)</p> <p>Sob.: Abacaxi Feijão</p>	<p>Isca de tilgato Arroz</p> <p>Sob.: Melancia Feijão</p>	<p>Salpicão (filé de frango desfiado, cebola, tomate, cenoura, vagem, batata-palha)</p> <p>Sob.: Melão Arroz</p>
4ª feira	<p>Frango Assado (Coxa e sobrecoxa) Abobrinha ao molho branco Salada de Tomate</p> <p>Sob.: Banana Feijão</p>	<p>Frango cozido (filé de peito) Quibebe (abobora)</p> <p>Sob.: Pera Feijão</p>	<p>Vaca atolada (Pã inteira com alpin) Agridão Cozido</p> <p>Sob.: Melancia Feijão</p>	<p>Arroz Frango Assado (Pã inteira) Farofa de Couve Molho à campanha</p> <p>Sob.: Laranja Pera Arroz</p>	<p>Arroz com brocolis Frango ensopado (Filé de peito) com alpin</p> <p>Sob.: Banana Feijão</p>
5ª feira	<p>Couve refolegada Carne moída ao Sugo</p> <p>Sob.: Maçã Feijão</p>	<p>Moqueca de Peixe (cebola, pimentão, coentro)</p> <p>Sob.: Melancia Feijão</p>	<p>Couve picada e refolegada</p> <p>Sob.: Banana Feijão</p>	<p>Frango Assado (Coxa e sobrecoxa) Farofa de Couve</p> <p>Sob.: Melão Arroz</p>	<p>Suflê de legumes (sem ovos) com tomate e cebola Creme de espinafre</p> <p>Sob.: Laranja Pera Feijão</p>
6ª feira	<p>Seleta de batata e cenoura</p> <p>Sob.: Pera Feijão</p>	<p>Risoto (arroz, cenoura, cebola, tomate, file de frango desfiado)</p> <p>Sob.: Doce de banana Feijão</p>	<p>Figado acebolado Arroz</p> <p>Sob.: Laranja Pera Feijão</p>	<p>Salada de cenoura e batata doces (picada e cozida)</p> <p>Sob.: Melão Arroz</p>	

Diana de Carvalho Rocha - Responsável Técnico CRM 151012/18
 Ana Paula Cortes de Moraes Costa - Químico Técnico CRQ 011102/7
 Bruna Isaura V. de Medeiros - Químico Técnico CRQ 18104/55
 Leticia Ramalho Braga - CAC - Químico Técnico CRN 18044/6
 Tainara de Oliveira e Sousa - Químico Técnico CRN 18044/6

EUFRÁSIO CASTRO
 NUTRICIONISTA
 CRN 41610/11405

Leticia Ramalho Braga
 Nutricionista
 CRN: 19100565

Tainara de Oliveira
 Nutricionista
 CRN 41610/10446





ESTADO DO RIO DE JANEIRO
 Prefeitura Municipal de Mangaratiba
 Secretaria Municipal de Educação, Esporte e Lazer
 Diretoria de Nutrição

CARDÁPIO 2020/2021

ALERGIA AO OVO

ALMOÇO - ESCOLAR - Safra Caqui: Março / Abril / Maio

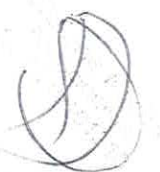
	1ª Semana	2ª Semana	3ª Semana	4ª Semana	5ª Semana
2ª feira	<p>Feijão Arroz Frango ensopado Farofa de Cenoura Betrerraba com chitro verde</p> <p>Sob.: Maçã Feijão</p>	<p>Feijão Arroz Jardineira de legumes com carne moída (vagem e cenoura)</p> <p>Sob.: Maçã Feijão Arroz</p>	<p>Macarrão (sem ovos) ao molho de tomate Carne moída Duque de Abóbora e chuchu</p> <p>Sob.: Pera Feijão Arroz com cenoura Batata Solé Stroganoff de frango (File de Frango)</p>	<p>Feijão Arroz Isca de frango Salada de inhame e cenoura cozido com chitro verde</p> <p>Sob.: Maçã Feijão Arroz</p>	<p>Feijão Arroz Carne seca acobalada Quibebe (abóbora)</p> <p>Sob.: Pera Feijão Arroz</p>
3ª feira	<p>Feijão Arroz Frango Assado (Coxa e sobrecoxa) Abobrinha ao molho branco Salada de Tomate</p> <p>Sob.: Caqui Feijão Arroz</p>	<p>Feijão Arroz Frango cozido (file de peito) Quibebe (abóbora)</p> <p>Sob.: Caqui Feijão Arroz</p>	<p>Vaca alofada (Pá inteira com alpin) Agridão Cozido</p> <p>Sob.: Abacaxi Feijão Arroz</p>	<p>Feijão Arroz Salpicão (file de frango desfiado, cebola, tomate, cenoura, vagem, batata-palha)</p> <p>Sob.: Melancia Feijão Arroz</p>	<p>Feijão Arroz Arroz com brocolis Frango ensopado (File de peito) com alpin</p> <p>Sob.: Banana Feijão</p>
4ª feira	<p>Sob.: Banana Feijão Arroz Polenta Couve refogada Carne moída ao Sugo</p>	<p>Sob.: Pera Feijão Arroz Pirão Moqueca de Peixe (cebola, pimentão, coentro)</p>	<p>Sob.: Caqui Feijão Arroz Frango Cozido (Coxa e Sobrecoxa) Polenta Couve picada e refogada</p>	<p>Sob.: Caqui Feijão Arroz Carne Assada (Pá Inteira) Farofa de Couve Molho à campanilha</p>	<p>Sob.: Banana Feijão Arroz Frango Assado (Coxa e sobrecoxa) Salada de Abóbora e Couve flor cozida</p>
5ª feira	<p>Sob.: Maçã Feijão Arroz Isca de Frango (File de Frango) Salada de batata e cenoura</p>	<p>Sob.: Melancia Feijão Arroz Risoto (arroz, cenoura, cebola tomate, file de frango desfiado)</p>	<p>Sob.: Banana Feijão Arroz Figado acobalado Salada de cenoura e batata doce (picada e cozida)</p>	<p>Sob.: Laranja Pera Feijão Arroz Frango Assado (Coxa e sobrecoxa) Salada de Abóbora e Couve flor cozida</p>	<p>Sob.: Abacaxi Feijão Arroz Suite de legumes (sem ovos) com tomate e cebola Creme de espinafre</p>
6ª feira	<p>Sob.: Pera</p>	<p>Sob.: Doce de banana</p>	<p>Sob.: Laranja Pera</p>	<p>Sob.: Laranja Pera</p>	

Dalane de Carvalho Rocha - Responsável Técnico: CRN 15.01218
 R. Santa Helena, 100 - Mangaratiba - RJ - CEP: 21100-000
 Av. Paula Correa de Moraes - Quadra Técnico: CRN 01.00271
 Rua 15 de Novembro, 100 - Mangaratiba - RJ - CEP: 21100-000
 Baura Baura - Mangaratiba - RJ - CEP: 21100-000
 Leitores de Oliveira e Souza - Quadro Técnico: CRN 19.02635
 Irmãos de Oliveira e Souza - Quadro Técnico: CRN 15.00446

Leticia Ramalho Braga
 Nutricionista
 CRN: 19100565

Tatiana Oliveira
 Nutricionista
 CRN 2-18100446

Carrossa Castro
 Nutricionista
 CRN: 20101146





CARDÁPIO 2020/2021 ALENGIA AO OVO

ALMOÇO - ESCOLAR - Sinfra Tangerina: Junho / Julho / Agosto

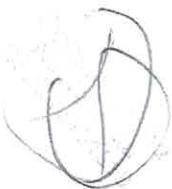
	1ª Semana	2ª Semana	3ª Semana	4ª Semana	5ª Semana
2ª feira	<p>Feijão</p> <p>Frango ensopado</p> <p>Farofa de Cenoura</p> <p>Beterraba com cheiro verde</p> <p>Sob.: Melão</p>	<p>Feijão</p> <p>Arroz</p> <p>Jardineira de legumes com carne moída (vagem e cenoura)</p> <p>Sob.: Maçã</p>	<p>Macarrão (sem ovos) ao molho de tomate</p> <p>Carne moída</p> <p>Duque de Abobora e chuchu</p> <p>Sob.: Pera</p>	<p>Feijão</p> <p>Arroz</p> <p>Isca de frango</p> <p>Salada de inhame e cenoura cozido com cheiro verde</p> <p>Sob.: Maçã</p>	<p>Feijão</p> <p>Arroz</p> <p>Carne seca acobolada</p> <p>Quibebe (abóbora)</p> <p>Sob.: Pera</p>
3ª feira	<p>Frango colorido (Cenoura, milho, ervilha e batata palha)</p> <p>Stroganoff de carne (Pá picada)</p> <p>Sob.: Tangerina</p>	<p>Frango cozido (file de peito)</p> <p>Purê de inhame</p> <p>Baterraba cozida com cheiro verde</p> <p>Sob.: Tangerina</p>	<p>Arroz com cenoura</p> <p>Batata Soulé</p> <p>Stroganoff de frango (File de Frango)</p> <p>Sob.: Abacaxi</p>	<p>Feijão</p> <p>Arroz</p> <p>Isca de frango</p> <p>Abobrinha refogada com tomate</p> <p>Purê de batata</p> <p>Sob.: Melancia</p>	<p>Feijão</p> <p>Arroz</p> <p>Salpicão (file de frango desfiado, cebola, tomate, cenoura, vagem, batata-palha)</p> <p>Sob.: Tangerina</p>
4ª feira	<p>Frango Assado (Coxa e sobrecoxa)</p> <p>Abobrinha ao molho branco</p> <p>Salada de Tomate</p> <p>Sob.: Banana</p>	<p>Frango cozido (file de peito)</p> <p>Quibebe (abóbora)</p> <p>Sob.: Pera</p>	<p>Vaca almeida (Pá inteira com alpin)</p> <p>Agrão Cozido</p> <p>Sob.: Tangerina</p>	<p>Feijão</p> <p>Arroz</p> <p>Salpicão (file de frango desfiado, cebola, tomate, cenoura, vagem, batata-palha)</p> <p>Sob.: Tangerina</p>	<p>Feijão</p> <p>Arroz</p> <p>Salpicão (file de frango desfiado, cebola, tomate, cenoura, vagem, batata-palha)</p> <p>Sob.: Tangerina</p>
5ª feira	<p>Polenta</p> <p>Couve refogada</p> <p>Carne moída em Suco</p> <p>Sob.: Maçã</p>	<p>Moqueca de Peixe (cebola, pimentão, coentro)</p> <p>Sob.: Melancia</p>	<p>Frango Cozido (Coxa e Sobrecoxa)</p> <p>Polenta</p> <p>Couve picada e refogada</p> <p>Sob.: Banana</p>	<p>Feijão</p> <p>Arroz</p> <p>Frango Assado (Coxa e sobrecoxa)</p> <p>Farofa de Couve</p> <p>Molho à campanha</p> <p>Sob.: Laranja Pera</p>	<p>Feijão</p> <p>Arroz</p> <p>Frango Assado (Coxa e sobrecoxa)</p> <p>Couve flor cozida</p> <p>Sob.: Melão</p>
6ª feira	<p>Feijão</p> <p>Arroz</p> <p>Isca de Frango (File de Frango)</p> <p>Salada de batata e cenoura</p> <p>Sob.: Pera</p>	<p>Feijão</p> <p>Risoto (arroz, cenoura, cebola tomate, file de frango desfiado)</p> <p>Sob.: Doce de banana</p>	<p>Feijão</p> <p>Arroz</p> <p>Figado acobolado</p> <p>Salada de cenoura e batata doce (picada e cozida)</p> <p>Sob.: Laranja Pera</p>	<p>Feijão</p> <p>Arroz</p> <p>Frango Assado (Coxa e sobrecoxa)</p> <p>Couve flor cozida</p> <p>Sob.: Melão</p>	<p>Feijão</p> <p>Arroz</p> <p>Sufle de legumes (sem ovos) com tomate e cebola</p> <p>Creme de espinafre</p> <p>Sob.: Laranja Pera</p>

Dalaine de Cavalho Rocha - Responsável Técnico CRN 16101218
 Ana Paula Costa de Aguiar - Auxiliar Técnico CRN 01710027
 Bruna de Aguiar - Auxiliar Técnico CRN 13100687
 Bruna Romualdo Braga - Auxiliar Técnico CRN 18100550
 Tamires de Oliveira e Sousa - Auxiliar Técnico CRN 18100446

Leticia Ramalho Braga
 Nutricionista
 CRN: 19100565

Tamires Oliveira
 Nutricionista
 CRN 4-18100446

Letícia Ramalho Braga
 Nutricionista
 CRN 20101716





ESTADO DO RIO DE JANEIRO
 Prefeitura Municipal de Mangaratiba
 Secretaria Municipal de Educação, Esporte e Lazer
 Diretoria de Nutrição

CARDÁPIO 2020/2021

ALERGIA AO OVO

DESJEJUM - EDUCAÇÃO INFANTIL

	1º Semana	2º Semana	3º Semana	4º Semana	5º Semana
2ª feira	Mingau de maisena	Biscoito água e sal Vitamina de banana	Biscoito maria Leite caramelizado	Mingau de chocolate	Biscoito água e sal Vitamina de mamão
3ª feira	Biscoito cream-cracker Vitamina de mamão com aveia	Biscoito maisena Café com leite	Biscoito água e sal Vitamina de abacate	Biscoito cream cracker Vitamina de Maçã	Mingau de maisena
4ª feira	Biscoito Maisena Café com leite	Biscoito maria Leite com baunilha	Biscoito maisena Café com leite	Biscoito maisena Achocolatado	Biscoito maria Café com leite
5ª feira	Biscoito água e sal Vitamina de Abacate	Biscoito cream-cracker Vitamina de Maçã	Mingau de cremogema	Biscoito maria Vitamina de banana com aveia	Biscoito maisena Leite caramelizado
6ª feira	Biscoito maria Leite com baunilha	Mingau de aveia	Biscoito cream-cracker Vitamina de Mamão	Biscoito água e sal Leite caramelizado	Biscoito cream-cracker Vitamina de abacate

Barbara Arcoverde Teixeira - CRN: 15101218

Dalaine do Carmo Rocha - CRN: 13100567

Quilina Teixeira Santos Vazquez do Mouro - CRN: 20101146

Levyne Cristina Formosinho Filho da Costa - CRN: 15100565

Lucileia Renata de Souza - CRN: 10100446

Dagone Rocha
Nutricionista
CRN: 15101218

Bruna Marques
Nutricionista
CRN: 15100567

Laryssa Castro
Nutricionista
CRN: 20101145

Fabiana Oliveira
Nutricionista
CRN: 4-18/100111

Leticia Ramalho Braga
Nutricionista
CRN: 15100565



CARDÁPIO 2020/2021

ALERGIA AO OVO

ALMOÇO - EDUCAÇÃO INFANTIL - Fevereiro/ Setembro/ Outubro/ Novembro / Dezembro

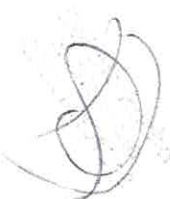
	1º Semana	2º Semana	3º Semana	4º Semana	5º Semana
2ª feira	<p>Feijão Arroz Frango ensopado Farofa de Cenoura Beterraba com chירו verde</p> <p>Sob.: Melão Feijão</p>	<p>Feijão Arroz Jardineira de legumes com carne moída (vaagem e cenoura)</p> <p>Sob.: Maçã Feijão</p>	<p>Feijão Macarrão (sem ovos) ao molho de tomate Carne moída Duque de Abóbora e chuchu</p> <p>Sob.: Pera Feijão</p>	<p>Feijão Arroz Isca de frango Salada de Inhame e cenoura cozido com chירו verde</p> <p>Sob.: Maçã Feijão Arroz</p>	<p>Feijão Arroz Carne seca acebolada Quibe (abóbora)</p> <p>Sob.: Pera Feijão</p>
3ª feira	<p>Arroz colorido (Cenoura, milho, ervilha e batata palha) Strogonoff de carne (Pá picada)</p> <p>Sob.: Laranja Pera Feijão Arroz</p>	<p>Arroz Frango cozido (filé de peito) Purê de Inhame Beterraba cozida com chירו verde</p> <p>Sob.: Banana Feijão Arroz</p>	<p>Arroz Vaca atolada (Pá inteira com alpin) Agrião Cozido</p> <p>Sob.: Abacaxi Feijão</p>	<p>Arroz Salpicão (filé de frango desfiado, cebola, tomate, cenoura, vaagem, batata palha)</p> <p>Sob.: Melancia Feijão Arroz</p>	<p>Arroz Salpicão (filé de frango desfiado, cebola, tomate, cenoura, vaagem, batata palha)</p> <p>Sob.: Manteiga Feijão</p>
4ª feira	<p>Frango Assado (Coxa e sobrecoxa) Abobrinha ao molho branco Salada de Tomate</p> <p>Sob.: Banana Feijão Arroz</p>	<p>Arroz Frango cozido (filé de peito) Quibe (abóbora)</p> <p>Sob.: Pera Feijão Arroz Pão</p>	<p>Arroz Frango Cozido (Coxa e Sobrecoxa) Polenta Couve picada e refogada</p> <p>Sob.: Melancia Feijão Arroz</p>	<p>Arroz Carne Assada (Pá inteira) Farofa de Couve Molho à campanilha</p> <p>Sob.: Laranja Pera Feijão Arroz</p>	<p>Arroz Frango ensopado (filé de peito) com alpin</p> <p>Sob.: Banana Feijão</p>
5ª feira	<p>Couve refogada Carne moída ao Sugo</p> <p>Sob.: Maçã Feijão Arroz</p>	<p>Moqueca de Peixe (cebola, pimentão, coentro)</p> <p>Sob.: Melancia Feijão</p>	<p>Arroz Rissoto (arroz, cenoura, cebola, tomate, filé de frango desfiado)</p> <p>Sob.: Banana Feijão</p>	<p>Arroz Figado acebolado Salada de cenoura e batata doce (picada e cozida)</p> <p>Sob.: Laranja Pera Feijão Arroz</p>	<p>Arroz Sufê de legumes (sem ovos) com tomate e cebola Creme de espinafre</p> <p>Sob.: Abacaxi Feijão</p>
6ª feira	<p>Isca de Frango (Filé de Frango) Salada de batata e cenoura</p> <p>Sob.: Pera</p>	<p>Sob.: Doce de banana</p>	<p>Sob.: Laranja Pera</p>	<p>Sob.: Melão</p>	<p>Sob.: Laranja Pera</p>

Dalaine de Carvalho Rocha - Responsável Técnica CRN 15101218
 Ana Paula Cordeiro de Moraes Costa - Quimista CRN 11180272
 Bruna Isaura V. de Barros - Quimista CRN 1310657
 Leticia Ramalho Braga - Nutricionista CRN 19100565
 Tamires Oliveira - Nutricionista CRN 4-18100446
 Tainara de Oliveira e Souza - Químico Técnico CRN 3100446

Leticia Ramalho Braga
 Nutricionista
 CRN: 19100565

Tamires Oliveira
 Nutricionista
 CRN 4-18100446

Laryssa Castro
 Nutricionista
 CRN-20101146





CARDÁPIO 2020/2021

ALERGIA AO OVO

ALMOÇO - EDUCAÇÃO INFANTIL - Safra Caqui: Março / Abril / Maio

	1ª Semana	2ª Semana	3ª Semana	4ª Semana	5ª Semana
2ª feira	<p>Feijão Arroz Frango ensopado Farofa de Cenoura Belderraba com chieiro verde</p> <p>Sob.: Maçã</p>	<p>Feijão Arroz Jardinheira de legumes com carne moída (vagem e cenoura)</p> <p>Sob.: Maçã</p>	<p>Feijão Macarrão (sem ovos) ao molho de tomate Carne moída Duque de Abóbora e chuchu</p> <p>Sob.: Pera</p>	<p>Feijão Arroz com cenoura Batata Soulé Stroganoff de frango (File de Frango)</p> <p>Sob.: Maçã</p>	<p>Feijão Arroz Isca de frango Salada de Inhame e cenoura cozido com chieiro verde</p> <p>Sob.: Pera</p>
3ª feira	<p>Feijão Arroz colorido (Cenoura, milho, ervilha e batata palha) Stroganoff de carne (Pá picada)</p> <p>Sob.: Caqui</p>	<p>Feijão Arroz Frango cozido (file de peito) Purê de Inhame Belderraba cozida com chieiro verde</p> <p>Sob.: Caqui</p>	<p>Feijão Arroz Vaca atolada (Pá inteira com alpin) Agridão Cozido</p> <p>Sob.: Abacaxi</p>	<p>Feijão Arroz Isca de frango Abobrinha refogada com tomate Purê de batata</p> <p>Sob.: Melancia</p>	<p>Feijão Arroz Salpicão (file de frango desfiado, cabola, tomate, cenoura, vagem, batata palha)</p> <p>Sob.: Melancia</p>
4ª feira	<p>Feijão Arroz Frango Assado (Coxa e sobrecoxa) Abobrinha ao molho branco Salada de Tomate</p> <p>Sob.: Banana</p>	<p>Feijão Arroz Frango cozido (file de peito) Quibebe (abóbora)</p> <p>Sob.: Pera</p>	<p>Feijão Arroz Frango Cozido (Coxa e Sobrecoxa) Polenta Couve picada e refogada</p> <p>Sob.: Banana</p>	<p>Feijão Arroz Carne Assada (Pá Inteira) Farofa de Couve Molho à campânia</p> <p>Sob.: Laranja Pera</p>	<p>Feijão Arroz Frango Assado (Coxa e sobrecoxa) Salada de Abóbora e Couve flor cozida</p> <p>Sob.: Maçã</p>
5ª feira	<p>Feijão Arroz Polenta Couve refogada Carne moída ao Suço</p> <p>Sob.: Maçã</p>	<p>Feijão Arroz Pirão Moqueca de Peixe (cabola, pimenta, coentro)</p> <p>Sob.: Melancia</p>	<p>Feijão Arroz Frango Cozido (Coxa e Sobrecoxa) Polenta Couve picada e refogada</p> <p>Sob.: Banana</p>	<p>Feijão Arroz Frango Assado (Coxa e sobrecoxa) Farofa de Couve Molho à campânia</p> <p>Sob.: Laranja Pera</p>	<p>Feijão Arroz Frango Assado (Coxa e sobrecoxa) Farofa de Couve Molho à campânia</p> <p>Sob.: Maçã</p>
6ª feira	<p>Feijão Arroz Isca de Frango (file de Frango) Selaia de batata e cenoura</p> <p>Sob.: Pera</p>	<p>Feijão Arroz Risoto (arroz, cenoura, cabola tomate, file de frango desfiado)</p> <p>Sob.: Doce de banana</p>	<p>Feijão Arroz Figado acobolado Salada de cenoura e batata doce (picada e cozida)</p> <p>Sob.: Laranja Pera</p>	<p>Feijão Arroz Frango Assado (Coxa e sobrecoxa) Farofa de Couve Molho à campânia</p> <p>Sob.: Laranja Pera</p>	<p>Feijão Arroz Suftê de legumes (sem ovos) com tomate e cabola Creme de espinafre</p> <p>Sob.: Laranja Pera</p>

Dadala de Carvalho Rocha - Responsável Técnico CRN 18101218
 Rua da Praia, Cordeiros, Mangaratiba - RJ
 Bruno Isaac V. Da Mata - Químico Técnico CRN 131597
 Leticia Ramalho Braga - Químico Técnico CRN 131595
 Tamires de Oliveira e Sousa - Químico Técnico CRN 18100446

Leticia Ramalho Braga
 Nutricionista
 CRN: 19100565

Tamires Oliveira
 Nutricionista
 CRN 4-18100446

Laryssa Castro
 Nutricionista
 CRN 20101146



CARDÁPIO 2020/2021

ALERGIA AO OVO

ALMOÇO - EDUCAÇÃO INFANTIL. - Sinfra Tangerina: Junho / Julho / Agosto

	1ª Semana	2ª Semana	3ª Semana	4ª Semana	5ª Semana
2ª feira	<p>Frango ensopado Farofa de Cenoura Baterraba com chiero verde</p> <p>Sob.: Melão</p>	<p>Jardineira de legumes com carne moída (vagem e cenoura)</p> <p>Sob.: Maçã</p>	<p>Macarrão (sem ovos) ao molho de tomate Carne moída Dique de Abóbora e chuchu</p> <p>Sob.: Pera</p>	<p>Isca de frango Salada de inhame e cenoura cozido com chiero verde</p> <p>Sob.: Maçã</p>	<p>Carne seca acobolada Quibebe (abóbora)</p> <p>Sob.: Pera</p>
3ª feira	<p>Arroz colorido (Cenoura, milho, ervilha e batata palha) Stroganoff de carne (Pá picada)</p> <p>Sob.: Tangerina</p>	<p>Frango cozido (filé de peito) Puré de inhame Baterraba cozida com chiero verde</p> <p>Sob.: Tangerina</p>	<p>Arroz com cenoura Batata Soulé Stroganoff de frango (filé de frango)</p> <p>Sob.: Abacaxi</p>	<p>Isca de frgado Abobrinha refogada com tomate Puré de batata</p> <p>Sob.: Melancia</p>	<p>Salada de chuchu e baterraba com chiero verde</p> <p>Sob.: Pera</p>
4ª feira	<p>Frango Assado (Coxa e sobrecoxa) Abobrinha ao molho branco Salada de tomate</p> <p>Sob.: Banana</p>	<p>Frango cozido (filé de peito) Quibebe (abóbora)</p> <p>Sob.: Pera</p>	<p>Vaca atolada (Pá inteira com alpin) Agrido Cozido</p> <p>Sob.: Tangerina</p>	<p>Salpicão (filé de frango desfiado, cebola, tomate, cenoura, vagem, batata-palha)</p> <p>Sob.: Tangerina</p>	<p>(Batata doce, cenoura repolho e pá inteira)</p> <p>Sob.: Banana</p>
5ª feira	<p>Couve refogada Carne moída ao Sugo</p> <p>Sob.: Maçã</p>	<p>Moqueca de Peixe (cebola, pimentão, coentro)</p> <p>Sob.: Melancia</p>	<p>Frango Cozido (Coxa e Sobrecoxa) Polenta Couve picada e refogada</p> <p>Sob.: Banana</p>	<p>Carne Assada (Pá inteira) Farofa de Couve Molho à campânia</p> <p>Sob.: Laranja Pera</p>	<p>Arroz com brocolis Frango ensopado (filé de peito) com alpin</p> <p>Sob.: Abacaxi</p>
6ª feira	<p>Isca de Frango (filé de Frango) Salada de batata e cenoura</p> <p>Sob.: Pera</p>	<p>Risoto (arroz, cenoura, cebola, tomate, filé de frango desfiado)</p> <p>Sob.: Doce de banana</p>	<p>Figado acobolado Salada de cenoura e batata doce (picada e cozida)</p> <p>Sob.: Laranja Pera</p>	<p>Frango Assado (Coxa e sobrecoxa) Farofa de Couve Creme de espinafre</p> <p>Sob.: Melão</p>	<p>Sufle de legumes (sem ovos) com tomate e cebola Creme de espinafre</p> <p>Sob.: Laranja Pera</p>

Diana de Carolino Rocha - Responsável Técnico CRN 16101218
 Ana Paula Carreira de Moraes Costa - Quarenta Técnico CRN 13302897
 Bruna Laura V. de Mattos - Quarenta Técnico CRN 13302897
 Leticia Ramalho Braga - Quarenta Técnico CRN 13302897
 Tamires Oliveira e Sousa - Quarenta Técnico CRN 1100446

Leticia Ramalho Braga
 Nutricionista
 CRN: 19190565

Laryssa Castro
 Nutricionista
 CRN: 20101146

Tamires Oliveira
 Nutricionista
 CRN 4.18100446



CARDÁPIO 2020/2021

ALERGIA AO OVO

DESJEJUM - INTEGRAL

	1º Semana	2º Semana	3º Semana	4º Semana	5º Semana
2ª feira	Mingau de maisena	Biscoito água e sal Achocolatado	Biscoito maria Leite caramelizado	Mingau de chocolate	Biscoito água e sal Leite com baunilha
3ª feira	Biscoito cream-cracker Leite caramelizado	Biscoito maisena Café com leite	Biscoito água e sal Achocolatado	Biscoito cream cracker Café com leite	Mingau de maisena
4ª feira	Biscoito Maisena Café com leite	Biscoito maria Leite com baunilha	Biscoito maisena Café com leite	Biscoito maisena Achocolatado	Biscoito maria Café com leite
5ª feira	Biscoito água e sal Achocolatado	Biscoito cream-cracker Leite caramelizado	Mingau de cremograma	Biscoito maria Leite com baunilha	Biscoito maisena Leite caramelizado
6ª feira	Biscoito maria Leite com baunilha	Mingau de aveia	Biscoito cream-cracker Leite com baunilha	Biscoito água e sal Leite caramelizado	Biscoito cream-cracker Achocolatado

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
 DIRETORIA DE NUTRIÇÃO
 Rua: ...

Bruna Magalhães
 Nutricionista
 CRM: 41310/057

Laryssa Castro
 Nutricionista
 CRM: 20101146

Dolaine Rocha
 Nutricionista
 CRM: 15101219

Tatiane Oliveira
 Nutricionista
 CRM: 15100446

Renata Braga
 Nutricionista
 CRM: 15100555



CARDÁPIO 2020/2021 ALERGIA AO OVO COLAÇÃO - INTEGRAL - Fevereiro / Setembro / Outubro / Novembro / Dezembro

	1ª Semana	2ª Semana	3ª Semana	4ª Semana	5ª Semana
2ª feira	MAÇÃ	PERA	MAÇÃ	PERA	MAÇÃ
3ª feira	BANANA	MAMÃO	BANANA	MAMÃO	BANANA
4ª feira	PERA	MELANCIA	MELÃO	MELANCIA	MELÃO
5ª feira	LARANJA LIMA	MAÇÃ	LARANJA LIMA	MAÇÃ	LARANJA LIMA
6ª feira	MAMÃO	LARANJA LIMA	MAMÃO	LARANJA LIMA	MAMÃO

ESPECIALIZADA EM: NUTRIÇÃO
 Realização de Consultas e Exames - CRN: 15701218
 Atendimento Individual
 Atendimento em grupo - Nutrição Vegetariana e do Vegetariano - CRN: 15701218
 Atendimento em grupo - Nutrição Esportiva - CRN: 15701218
 Atendimento em grupo - Nutrição Infantil - CRN: 15701218
 Atendimento em grupo - Nutrição Geriátrica - CRN: 15701218
 Atendimento em grupo - Nutrição Clínica - CRN: 15701218

Bruma Vasquez
 Nutricionista
 CRN 4910567

Laryssa Castro
 Nutricionista
 CRN 29101146

Letícia Raphael Braga
 Nutricionista
 CRN: 49100565

Fabiana Oliveira
 Nutricionista
 CRN 21810101

Dolores Rocha
 Nutricionista
 CRN: 15701218



ESTADO DO RIO DE JANEIRO
 Prefeitura Municipal de Mangaratiba
 Secretaria Municipal de Educação, Esporte e Lazer
 Diretoria de Nutrição

CARDÁPIO 2020/2021 ALERGIA AO OVO COLAÇÃO - INTEGRAL - Safra Caqui: Março / Abril / Maio

	1º Semana	2º Semana	3º Semana	4º Semana	5ª Semana
2ª feira	CAQUI	PERA	MAÇÃ	PERA	MAÇÃ
3ª feira	BANANA	MAMÃO	BANANA	CAQUI	BANANA
4ª feira	PERA	CAQUI	MELÃO	MELANCIA	MELÃO
5ª feira	LARANJA LIMA	MAÇÃ	CAQUI	MAÇÃ	CAQUI
6ª feira	MAMÃO	LARANJA LIMA	MAMÃO	LARANJA LIMA	MAMÃO

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
 Rua do Comércio, 100 - Centro - Mangaratiba - RJ
 Telefone: (21) 3900-1212
 E-mail: secretaria@educacao.mangaratiba.rj.gov.br
 CPMF: 0,33%

Brigitte Siqueira
 Nutricionista
 CRM-033100567

Laryssa Castro
 Nutricionista
 CRM 20101146

Daiane Rocha
 Nutricionista
 CRM: 15101218

Sandra Cláudia
 Nutricionista
 CRM 4170161

Letícia Romão
 Nutricionista
 CRM: 191005



ESTADO DO RIO DE JANEIRO
 Prefeitura Municipal de Mangaratiba
 Secretaria Municipal de Educação, Esporte e Lazer
 Diretoria de Nutrição

CARDÁPIO 2020/2021

ALERGIA AO OVO

COLAÇÃO - INTEGRAL - Sagra Tangerina: Junho / Julho / Agosto

	1º Semana	2º Semana	3º Semana	4º Semana	5º Semana
2ª feira	TANGERINA	PERA	MAÇA	PERA	MAÇA
3ª feira	BANANA	MAMÃO	BANANA	TANGERINA	BANANA
4ª feira	PERA	TANGERINA	MELÃO	MELANCIA	MELÃO
5ª feira	LARANJA LIMA	MAÇA	TANGERINA	MAÇA	TANGERINA
6ª feira	MAMÃO	LARANJA LIMA	MAMÃO	LARANJA LIMA	MAMÃO

REGISTRO EM VIGÊNCIA - ESPECIALIDADE

CRN: 19100567

CRN: 19100567

CRN: 19100567

CRN: 19100567

CRN: 19100567

CRN: 19100567

Flávia Rosalina
 Nutricionista
 CRN: 19101218

Brigitte Marques
 Nutricionista
 CRN: 41310567

Fabrizio Oliveira
 Nutricionista
 CRN: 41310046

Laryssa Castro
 Nutricionista
 CRN: 20091146

Letícia Ramalho Braga
 Nutricionista
 CRN: 19100565



CARDÁPIO 2020/2021

ALERGIA AO OVO

ALMOÇO - INTEGRAL - Fevereiro/ Setembro/ Outubro/ Novembro / Dezembro

	1º Semana	2º Semana	3º Semana	4º Semana	5ª Semana
2ª feira	Frango ensopado Farofa de Cenoura Baterraba com chierro verde Sob.: Maçã Feijão	Jardineira de legumes com carne moída (vagem e cenoura) Sob.: Maçã Feijão	Macarrão (sem ovos) ao molho de tomate Carne moída Duque de Abóbora e chuchu Sob.: Pera Feijão	Isca de frango Arroz Salada de Inhame e cenoura cozido com chierro verde Sob.: Maçã Feijão	Carne seca acobocada (Quibebe (abóbora)) Sob.: Pera Feijão
3ª feira	Arroz colorido (Cenoura, milho, ervilha e batata palha) Stroganoff de carne (Pã picada) Sob.: Laranja Pera Feijão	Arroz Frango cozido (filé de peito) Purê de Inhame Baterraba cozida com chierro verde Sob.: Banana Feijão	Arroz com cenoura Banana Soulé Stroganoff de frango (Filé de Frango) Sob.: Abacaxi Feijão	Isca de frango Arroz Abobrinha refogada com tomate Purê de batata Sob.: Melancia Feijão	Salada de chuchu e baterraba Peixe cozido Sob.: Doce de abóbora Feijão
4ª feira	Frango Assado (Coxa e sobrecoxa) Abobrinha ao molho branco Salada de Tomate Sob.: Banana Feijão	Frango cozido (filé de peito) Quibebe (abóbora) Sob.: Pera Feijão	Vaca atolada (Pã inteira com alpin) Agridão Cozido Sob.: Melancia Feijão	Salpicão (filé de frango desfiado, cebola, tomate, cenoura, vagem, batata-palha) Sob.: Mamão Feijão	Arroz Cozido (Batata doce, cenoura repolho e pã inteira) Sob.: Banana Feijão
5ª feira	Polenta Couve refogada Carne moída ao Sugo Sob.: Maçã Feijão	Moqueca de Peixe (cebola, pimentão, coentro) Sob.: Melancia Feijão	Frango Cozido (Coxa e Sobrecoxa) Polenta Couve picada e refogada Sob.: Banana Feijão	Carne Assada (Pã Inteira) Farofa de Couve Molho à campanha Sob.: Laranja Pera Feijão	Frango ensopado (Filé de peito) com alpin Sob.: Abacaxi Feijão
6ª feira	Isca de Frango (Filé de Frango) Seleia de batata e cenoura Sob.: Pera	Risoto (arroz, cenoura, cebola tomate, file de frango desfiado) Sob.: Doce de banana	Figado acobocido Salada de cenoura e batata doce (picada e cozida) Sob.: Laranja Pera	Frango Assado (Coxa e sobrecoxa) Arroz Salada de Abóbora e Couve flor cozida Sob.: Melão	Suflê de legumes (sem ovos) com tomate e cebola Creme de espinafre Sob.: Laranja Pera

Dalaine de Carvalho Rocha - Responsável Técnico CRN 15101218
 Ana Paula Cordeiro Moraes Costa - Quarta Técnica CRN 0170027
 Larissa de Souza - Segunda Técnica CRN 19100665
 Letícia Ramalho Braga - Primeira Técnica CRN 19100665
 Tamires de Oliveira e Souza - Quadro Técnico CRN 19100446

Letícia Ramalho Braga
 Nutricionista
 CRN: 19100565

Tamires Oliveira
 Nutricionista
 CRN 4-18100446

Letícia Ramalho Braga
 Nutricionista
 CRN 20101146





CARDÁPIO 2020/2021 ALEERGIA AO OVO

ALMOÇO - INTEGRAL - Safra Caqui: Março / Abril / Maio

	1º Semana	2º Semana	3º Semana	4º Semana	5º Semana
2ª feira	<p>Frango ensopado Farofa de Cenoura Beterraba com chieiro verde</p> <p>Sob.: Melão</p>	<p>Jardinheira de legumes com carne moída (vagem e cenoura)</p> <p>Sob.: Maçã</p>	<p>Macarrão (sem ovos) ao molho de tomate Carne moída Duque de Abóbora e chuchu</p> <p>Sob.: Pera</p>	<p>Isca de frango Salada de inhame e cenoura cozida com chieiro verde</p> <p>Sob.: Maçã</p>	<p>Carne seca acebolada (Quibebe (abóbora))</p> <p>Sob.: Pera</p>
3ª feira	<p>Arroz colorido (Cenoura, milho, ervilha e batata palha) Stroganoff de carne (Pá picada)</p> <p>Sob.: Caqui</p>	<p>Frango cozido (file de peito) Purê de inhame Beterraba cozida com chieiro verde</p> <p>Sob.: Caqui</p>	<p>Arroz com cenoura Batata Soulé Stroganoff de frango (File de Frango)</p> <p>Sob.: Abacaxi</p>	<p>Isca de frango Abobrinha refogada com tomate Purê de batata</p> <p>Sob.: Melancia</p>	<p>Peixe cozido Salada de chuchu e beterraba (com chieiro verde)</p> <p>Sob.: Caqui</p>
4ª feira	<p>Frango Assado (Coxa e sobrecoxa) Abobrinha ao molho branco Salada de Tomate</p> <p>Sob.: Banana</p>	<p>Frango cozido (file de peito) Quibebe (abóbora)</p> <p>Sob.: Pera</p>	<p>Vaca atolada (Pá inteira com alpin) Agrão Cozido</p> <p>Sob.: Caqui</p>	<p>Salpicão (file de frango desfiado, cebola, tomate, cenoura, vagem, batata-palha)</p> <p>Sob.: Caqui</p>	<p>Arroz com brocolis Frango ensopado (File de peito) com alpin</p> <p>Sob.: Banana</p>
5ª feira	<p>Couve refogada Carne moída ao Sugo</p> <p>Sob.: Maçã</p>	<p>Moqueca de Peixe (cebola, pimentão, coentro)</p> <p>Sob.: Melancia</p>	<p>Frango Cozido (Coxa e Sobrecoxa) Polenta Couve picada e refogada</p> <p>Sob.: Banana</p>	<p>Carne Assada (Pá Inteira) Farofa de Couve Molho à campânia</p> <p>Sob.: Laranja Pera</p>	<p>Frango Assado (Coxa e sobrecoxa)</p> <p>Sob.: Laranja Pera</p>
6ª feira	<p>Isca de Frango (File de Frango) Seleta de batata e cenoura</p> <p>Sob.: Pera</p>	<p>Risoto (arroz, cenoura, cebola tomate, file de frango desfiado)</p> <p>Sob.: Doce de banana</p>	<p>Figado acebolado Salada de cenoura e batata doce (picada e cozida)</p> <p>Sob.: Laranja Pera</p>	<p>Salada de Abóbora e Couve flor cozida</p> <p>Sob.: Melão</p>	<p>Suflê de legumes (sem ovos) com tomate e cebola Creme de espinafre</p> <p>Sob.: Laranja Pera</p>

Dalmo de Carvalho Rocha - Responsável Técnico CRN 15101218
 Ana Paula Costa de Moraes Costa - Quadro Técnico CRN 0710027
 Leticia Ramalho Braga - Quadro Técnico CRN 1910055
 Tamires de Oliveira e Souza - Quadro Técnico CRN 18100446

Leticia Ramalho Braga
 Nutricionista
 CRN: 19100565

Laryssa Castro
 Nutricionista
 CRN 20101146



Tamires Oliveira
 Nutricionista
 CRN 4-18100446