CARDÁPIO MATERNAL I (1 ano e 7 meses - 2anos e 11 meses) RISOTOLÂNDIA C
SELETIVIDADE ALIMENTAR 138 DEZEMBRO
2023

CURITIBA
Milena Schardong
Departamento de Logística
Matrícula 189507 / Nutricionista SME
Gerência de Alimentação Escolar

Nadia Rafaela dos Santos Sato
Departamento de Logística
Matrícula 189511/ Nutricionista SME
Gerência de Alimentação Escolar

Juliana Rodrigues Dias Guedes
Departamento de Logística
Matrícula 184452
Gerência de Alimentação Escolar

					SEXTA 01/12
Desjejum					LEITE
					PÃO FRANCÊS
Colação					BANANA
Almoço					ARROZ
					Carne moída com molho 50g
					Jardineira de legumes 50g
					Salada de repolho com tomate 30g
					BANANA
Lanche					LEITE/ Flocos de milho sem açúcar 20g
Jantar					ARROZ
	SEGUNDA 04/12	**TERÇA 05/12**	**QUARTA 06/12**	**QUINTA 07/12**	**SEXTA 08/12**
Desjejum	Leite 190ml	LEITE	LEITE	Leite 190ml	LEITE
	PÃO FRANCÊS	PÃO FRANCÊS	PÃO FRANCÊS	PÃO FRANCÊS	PÃO FRANCÊS
Colação	BANANA	Banana	BANANA	BANANA	BANANA
Almoço	ARROZ	ARROZ	ARROZ	ARROZ	ARROZ
	Bolinho de carne 60g	Frango à camponesa 70g	Carne moída com tomate e cheiro verde 50g	Strogonoff de frango 70g	Barreado 70g
	Quibebe 50g	Farofa de couve 20g	Creme de aipim 70g	Batata doce refogada 50g	Farofa de banana 20g
	Salada de tomate com pepino 45g	Salada de brócolis com couve-flor 20g	Salada de vagem 30g	Salada de repolho verde com repolho roxo 30g	Salada de alface
	BANANA	BANANA	BANANA	BANANA	BANANA
Lanche	LEITE /PÃO FRANCÊS	LEITE / Flocos de milho sem açúcar 20g	BANANA / Aveia em flocos finos 20g	LEITE/ PÃO FRANCÊS	LEITE / Flocos de arroz 10g
Jantar	ARROZ	ARROZ	ARROZ	ARROZ	ARROZ

CARDÁPIO MATERNAL I (1 ano e 7 meses - 2anos e 11 meses) RISOTOLÂNDIA C
SELETIVIDADE ALIMENTAR 138 DEZEMBRO
2023

Milena Schardong
Milena Schardong
Departamento de Logística
Matrícula 189507 / Nutricionista SME
Gerência de Alimentação Escolar

Nadia R. dos Santos Saté
Nadia Rafaela dos Santos Sato
Departamento de Logística
Matrícula 189511/ Nutricionista SME
Gerência de Alimentação Escolar

Juliana R. D. Guedes
Juliana Rodrigues Dias Guedes
Departamento de Logística
Matrícula 184452
Gerência de Alimentação Escolar

	SEGUNDA 11/12	TERÇA 12/12	QUARTA 13/12	QUINTA 14/12	SEXTA 15/12
Desjejum	Leite 190ml	LEITE	LEITE	LEITE	Leite 190ml
	PÃO FRANCÊS	PÃO FRANCÊS	PÃO FRANCÊS	PÃO FRANCÊS	PÃO FRANCÊS
Colação	BANANA	BANANA	Banana	BANANA	Banana
Almoço	ARROZ	ARROZ	ARROZ	ARROZ	ARROZ
	Frango assado 50g	Picadinho de carne 70g	Bife de panela (60g de carne e 10g de molho)	Carne moída à camponesa (50g de carne e 20g de molho)	Iscas de frango com tomate 60g
	Purê de batata 60g	Quirera - almoço 60g	Beterraba cozida 50g	Polenta - almoço 100g	Cenoura refogada 50g
	Salada de acelga com cenoura 30g	Salada de repolho com tomate 30g	Salada de alface 25g	Salada de tomate com pepino 40g	Salada de acelga 20g
	BANANA	BANANA	BANANA	BANANA	BANANA
Lanche	LEITE/ Flocos de milho sem açúcar 20g	Banana / Aveia em flocos finos 20g	Leite 190ml / PÃO FRANCÊS	BANANA / Flocos de arroz 10g	LEITE/PÃO FRANCÊS
Jantar	ARROZ	ARROZ	ARROZ	ARROZ	ARROZ
	SEGUNDA 18/12	**TERÇA 19/12**	**QUARTA 20/12**	**QUINTA 21/12**	**SEXTA 22/12**
Desjejum	LEITE	LEITE	Leite 190ml	LEITE	Leite 190ml
	Pão de leite com queijo 20g	Muffin de maçã com uva passa 60g	Pão integral com manteiga 20g	Pão de forma com queijo 8g	Pão de leite com manteiga 8g
Colação	BANANA	BANANA	BANANA	BANANA	BANANA
Almoço	ARROZ	ARROZ	ARROZ	ARROZ	ARROZ
	Iscas de carne à brasileira 60g	Frango napolitano 70g	Posta assada com molho (50g de carne e 20g de molho)	Strogonoff de carne 70g	Peito de frango à milanesa 50g
	Abobrinha refogada 50g	Macarrão ao alho e óleo 65g	Cenoura com brócolis refogados 50g	Legumes refogados 40g	Purê de batata 60g
	Salada de beterraba 35g	Salada de vagem com cenoura 30g	Salada de abobrinha 30g	Salada de tomate 40g	Salada de alface 25g
	BANANA	Banana	BANANA	BANANA	BANANA
Lanche	BANANA / Flocos de arroz 10g	LEITE/ Flocos de milho sem açúcar 20g	LEITE/ PÃO FRANCÊS	Banana / Aveia em flocos finos 20g	LEITE/PÃO FRANCÊS
Jantar	ARROZ	ARROZ	ARROZ	ARROZ	ARROZ