



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

CARDÁPIO MATERNAL I (1 ano e 7 meses - 2anos e 11 meses) RISOTOLÂNDIA C
SELETIVIDADE ALIMENTAR 5 DEZEMBRO
 2023

Nadia R. dos Santos Sato
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

					SEXTA 01/12
Desjejum					Suco de laranja 200ml
Colação					PÃO DE FORMA
Almoço					Manga
					Arroz 95g e feijão preto 100g
					CARNE MOÍDA REFOGADA
					Jardineira de legumes 50g
Lanche					Salada de repolho com tomate 30g
					BANANA
Jantar					Vitamina de banana 180 ml/ Flocos de milho sem açúcar 20g
					ARROZ E FEIJÃO PRETO
	SEGUNDA 04/12	TERÇA 05/12	QUARTA 06/12	QUINTA 07/12	SEXTA 08/12
Desjejum	SUCO DE UVA	Suco de maçã 200ml	SUCO DE LARANJA	SUCO DE MAÇÃ	Suco de uva 200ml
	PÃO DE LEITE	PÃO DE FORMA	PÃO DE LEITE	PÃO DE FORMA	PÃO DE LEITE
Colação	Pêssego	Banana	Melancia	Melão	Maçã
Almoço	Arroz 95g e feijão preto 100g	Arroz 95g e feijão carioca 100g	Arroz 95g e feijão preto 100g	Arroz 95g e feijão carioca 100g	Arroz 95g e feijão preto 100g
	ISCAS DE CARNE	ISCAS DE FRANGO GRELHADAS	CARNE MOÍDA REFOGADA	ISCAS DE FRANGO GRELHADAS	ISCAS DE CARNE
	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	Suco de laranja 200 ml /Muffin de maçã com uva passa 60g	Creme de morango 100g / Flocos de milho sem açúcar 20g	BANANA / FLOCOS DE MILHO	Suco de maçã 200ml/ PÃO DE LEITE	Vitamina de manga 180ml / Flocos de arroz 10g
Jantar	ARROZ E FEIJÃO PRETO	ARROZ E FEIJÃO CARIOCA	ARROZ E FEIJÃO PRETO	ARROZ E FEIJÃO CARIOCA	ARROZ E FEIJÃO PRETO



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

CARDÁPIO MATERNAL I (1 ano e 7 meses - 2anos e 11 meses) RISOTOLÂNDIA C
SELETIVIDADE ALIMENTAR 5 DEZEMBRO
 2023

Nadia R. dos Santos Sato
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	SUCO DE LARANJA	SUCO DE UVA	Suco de laranja 200ml	SUCO DE MAÇÃ	SUCO DE UVA
	PÃO DE FORMA	PÃO DE LEITE	PÃO DE FORMA	PÃO DE LEITE	PÃO DE FORMA
Colação	Melancia	Maçã	Banana	Melão	Banana
Almoço	Arroz 95g e feijão carioca 100g	Arroz 95g e feijão preto 100g	Arroz 95g e feijão carioca 100g	Arroz 95g e feijão preto 100g	Arroz 95g e feijão carioca 100g
	ISCAS DE FRANGO GRELHADAS	CARNE MOÍDA REFOGADA	ISCAS DE CARNE	CARNE MOÍDA REFOGADA	ISCAS DE FRANGO GRELHADAS
	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	Vitamina de morango 180ml/ Flocos de milho sem açúcar 20g	Banana / FLOCOS DE MILHO	Leite 190ml / PÃO FRANCÊS	BANANA/ FLOCOS DE MILHO	Suco de uva 200ml/ Bolo de banana com aveia 60g
Jantar	ARROZ E FEIJÃO CARIOCA	ARROZ E FEIJÃO PRETO	ARROZ E FEIJÃO CARIOCA	ARROZ E FEIJÃO PRETO	ARROZ E FEIJÃO CARIOCA
	SEGUNDA 18/12	TERÇA 19/12	QUARTA 20/12	QUINTA 21/12	SEXTA 22/12
Desjejum	SUCO DE MAÇÃ	Suco de uva 200ml	SUCO DE LARANJA	Suco de laranja 200ml	SUCO DE UVA
	PÃO DE FORMA	PÃO DE LEITE	PÃO DE FORMA	PÃO DE LEITE	PÃO DE FORMA
Colação	Melancia	Maçã	Pêssego	Melão	Mamão
Almoço	Arroz 95g e feijão carioca 100g	Arroz 95g e feijão preto 100g	Arroz 95g e feijão carioca 100g	Arroz 95g e feijão preto 100g	Arroz 95g e feijão carioca 100g
	ISCAS DE CARNE	ISCAS DE FRANGO GRELHADAS	CARNE MOÍDA REFOGADA	ISCAS DE FRANGO GRELHADAS	ISCAS DE FRANGO GRELHADAS
	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 MILHO	Vitamina de morango 180ml/ Flocos de milho sem açúcar 20g	Suco de maçã 200ml/ PÃO DE FORMA	Banana / AFLOCOS DE MILHO	Suco de uva 200 ml/Bolo de banana com aveia 60g
Jantar	ARROZ E FEIJÃO CARIOCA	ARROZ E FEIJÃO PRETO	ARROZ E FEIJÃO CARIOCA	ARROZ E FEIJÃO PRETO	ARROZ E FEIJÃO CARIOCA