



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

CARDÁPIO MATERNAL I (1 ano e 7 meses - 2anos e 11 meses) SINGULAR B
SELETIVIDADE ALIMENTAR 140 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 UVA
Colação					BISCOITO CREAM CRAKER
Almoço					Manga
					Arroz 95g e feijão preto 100g
					Posta assada com molho (50g de carne e 20g de molho)
					Jardineira de legumes 50g
					Salada de repolho com tomate 30g
Lanche					Melancia
Jantar					Vitamina de banana 180 ml/ Flocos de milho sem açúcar 20g + BANANA
	SEGUNDA 04/12	TERÇA 05/12	QUARTA 06/12	QUINTA 07/12	ARROZ E FEIJÃO
Desjejum	SUCO DE UVA	SUCO DE UVA	SUCO DE UVA	SUCO DE UVA	SEXTA 08/12
	BISCOITO CREAM CRAKER	BISCOITO CREAM CRAKER	BISCOITO CREAM CRAKER	BISCOITO CREAM CRAKER	SUCO DE UVA
Colação	Pêssego	Banana	Melancia	Melão	BISCOITO CREAM CRAKER
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
	Carne moída com tomate e cheiro verde 50g	Frango à camponesa 70g	Bolinho de carne 60g	Stroganoff de frango 70g	Barreado 70g
	Cenoura refogada 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 com cenoura 30g	Salada de repolho verde com repolho roxo 30g	Salada de alface
	Melão	Maçã	Pudim de uva	Mamão	Laranja
Lanche	Suco de laranja 200 ml /BISCOITO CREAM CRAKER	Vitamina de morango 180ml / Flocos de milho sem açúcar 20g + BANANA	BANANA/ Flocos de arroz 10g	Banana / Aveia em flocos finos 20g	Vitamina de manga 180 ml/ Flocos de milho sem açúcar 20g
Jantar	ARROZ E FEIJÃO	ARROZ E FEIJÃO	Suco de maçã 200ml/ BISCOITO CREAM CRAKER	ARROZ E FEIJÃO	ARROZ E FEIJÃO
	SEGUNDA 11/12	TERÇA 12/12	QUARTA 13/12	QUINTA 14/12	SEXTA 15/12
Desjejum	SUCO DE UVA	SUCO DE UVA	SUCO DE UVA	SUCO DE UVA	SUCO DE UVA
	BISCOITO CREAM CRAKER	BISCOITO CREAM CRAKER	BISCOITO CREAM CRAKER	BISCOITO CREAM CRAKER	BISCOITO CREAM CRAKER
Colação	Melancia	Maçã	Banana	Melão	Banana
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
	Picadinho de carne 70g	Frango assado 50g	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	Farofa de couve 20g	Polenta - almoço 100g	Cenoura refogada 50g
	Salada de tomate 40g	Salada de repolho 23g	Salada de alface 25g	Salada de acelga 20g	Salada de pepino 35g
	Melão	Mamão	Pêssego	Maçã	Manga
Lanche	Batida de maçã 190ml/ Flocos de milho sem açúcar 20g + BANANA	Banana / Aveia em flocos finos 20g	Leite 190ml / BISCOITO CREAM CRAKER	Creme de morango 100g/ Flocos de arroz 10g + BANANA	Suco de uva 200ml/ BISCOITO CREAM CRAKER
Jantar	ARROZ E FEIJÃO	ARROZ E FEIJÃO	ARROZ E FEIJÃO	ARROZ E FEIJÃO	ARROZ E FEIJÃO



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) SINGULAR B
SELETIVIDADE ALIMENTAR 140 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 18/12	TERÇA 19/12	QUARTA 20/12	QUINTA 21/12	SEXTA 22/12
Desjejum	SUCO DE UVA	SUCO DE UVA	SUCO DE UVA	SUCO DE UVA	SUCO DE UVA
	BISCOITO CREAM CRAKER	BISCOITO CREAM CRAKER	BISCOITO CREAM CRAKER	BISCOITO CREAM CRAKER	BISCOITO CREAM CRAKER
Colação	Melancia	Maçã	Pêssego	Melão	Mamão
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 à brasileira 60g	Frango napolitano 70g	Stroganoff de carne 70g	Frango ensopado 70g	Carne moída com molho 50g
	Macarrão ao alho e óleo 65g	Legumes refogados 40g	Cenoura com brócolis refogados 50g	Beterraba cozida 50g	Purê de batata 60g
	Salada de pepino 35g	Salada de beterraba 35g	Salada de alface 25g	Salada de tomate 40g	Salada de brócolis 30g
	Laranja	Banana	Pudim de laranja	Pêssego	Maçã
Lanche	Suco de uva 200ml/ BISCOITO CREAM CRAKER	BANANA / Aveia em flocos finos 20g	Suco de maçã 200ml/ BISCOITO CREAM CRAKER	Creme de morango 120ml/ Flocos de arroz 10g + BANANA	Vitamina de manga 180ml/ Flocos de milho sem açúcar 20g + BANANA
Jantar	ARROZ E FEIJÃO	ARROZ E FEIJÃO	ARROZ E FEIJÃO	ARROZ E FEIJÃO	ARROZ E FEIJÃO