



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

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

CARDÁPIO MATERNAL I (1 ano e 7 meses - 2anos e 11 meses) SINGULAR E SELETIVIDADE ALIMENTAR 127 DEZEMBRO

2023

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

| | | | | | SEXTA 01/12 |
|-----------------|---|--------------------------------------|--|--|--|
| Desjejum | | | | | LEITE |
| Colação | | | | | PÃO INTEGRAL |
| Almoço | | | | | MAÇÃ |
| Lanche | | | | | Arroz 95g e feijão preto 100g |
| Jantar | | | | | ISCAS DE CARNE |
| | SEGUNDA 04/12 | TERÇA 05/12 | QUARTA 06/12 | QUINTA 07/12 | SEXTA 08/12 |
| Desjejum | LEITE | LEITE | LEITE | LEITE | LEITE |
| Colação | PÃO INTEGRAL | PÃO INTEGRAL | PÃO INTEGRAL | Bolo de banana com aveia 60g | PÃO INTEGRAL |
| Almoço | MELANCIA | MAÇÃ | Melancia | MAÇÃ | Maçã |
| | 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 | ISCAS DE CARNE | ISCAS DE FRANGO GRELHADAS | ISCAS DE CARNE |
| | Cenoura refogada 50g | Batata doce refogada 50g | Farofa de banana 20g | Farofa de couve 20g | Creme de aipim 70g |
| | Salada de tomate com pepino 45g | Salada de vagem com cenoura 30g | Salada de alface | Salada de brócolis com couve-flor 20g | Salada de repolho verde com repolho roxo 30g |
| | Maçã | MELANCIA | MAÇÃ | Laranja | MELANCIA |
| Lanche | LEITE /Muffin de maçã com uva passa 60g | MAÇÃ | LEITE/ Flocos de milho sem açúcar 20g | MELANCIA | LARANJA |
| Jantar | Risoto de frango - jantar 200g | Sopa camponesa 180g | Suco de maçã 200ml/ PÃO INTEGRAL com iscas de frango 35g | Quirera ao molho de frango - jantar 200g | Sopa de feijão com macarrão 180g |
| | | | | | SEXTA 15/12 |
| Desjejum | LEITE | LEITE | LEITE | LEITE | LEITE |
| Colação | PÃO INTEGRAL | PÃO INTEGRAL | PÃO INTEGRAL | Muffin de maçã com uva passa 60g | PÃO INTEGRAL |
| Almoço | Melancia | Maçã | LARANJA | MELANCIA | MAÇÃ |
| | 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 | ISCAS DE CARNE | ISCAS DE CARNE | ISCAS DE FRANGO GRELHADAS |
| | Purê de batata 60g | Cenoura refogada 50g | Polenta - almoço 100g | Beterraba cozida 50g | Quirera - almoço 60g |
| | Salada de tomate 40g | Salada de pepino 35g | Salada de acelga 20g | Salada de alface 25g | Salada de repolho 23g |
| | Maçã | LARANJA | MAÇÃ | LARANJA | MELANCIA |
| Lanche | LEITE/ Flocos de milho sem açúcar 20g | LEITE / Bolo de banana com aveia 60g | MELANCIA | Leite 190ml /SANDUÍCHE NAPOLITANO INTEGRAL | LEITE/ FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR |
| Jantar | Arroz carreteiro 180g | Polenta à bolonhesa- jantar 200g | Canja 200g | Sopa camponesa 180g | Cozido de aipim 170g |



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 E
SELETIVIDADE ALIMENTAR 127 DEZEMBRO**

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

2023

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 | LEITE | LEITE | LEITE | LEITE | LEITE |
| | PÃO INTEGRAL | PÃO INTEGRAL | Muffin de maçã com uva passa 60g | PÃO INTEGRAL | PÃO INTEGRAL |
| Colação | Melancia | Maçã | MAÇÃ | MELANCIA | LARANJA |
| 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 | ISCAS DE CARNE | ISCAS DE FRANGO GRELHADAS | ISCAS DE CARNE |
| | Cenoura com brócolis refogados 50g | Farofa de couve 20g | Macarrão ao alho e óleo 65g | Legumes refogados 40g | Purê de batata 60g |
| | Salada de pepino 35g | Salada de tomate 40g | Salada de alface 25g | Salada de beterraba 35g | Salada de brócolis 30g |
| | Laranja | MELANCIA | LARANJA | MAÇÃ | MELANCIA |
| Lanche | LEITE/ Bolo de banana com aveia 60g | LEITE/ Pão de leite com carne moída | MELANCIA | LEITE / Flocos de arroz 10g | LEITE / Flocos de milho sem açúcar 20g |
| Jantar | Quirera ao molho de frango - jantar 200g | Arroz carreteiro 180g | Polenta com molho de frango 200g | Sopa cabocla 180g | Canja 200g |