CARDÁPIO MATERNAL I (1 ano e 7 meses - 2anos e 11 meses) SINGULAR E SELETIVIDADE ALIMENTAR DEZEMBRO 2023

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

*** TODOS OS ALIMENTOS DEVEM SER ENVIADO SEPARADOS**

					SEXTA 01/12
Desjejum					Suco de laranja 200ml
					PÃO FRANCÊS com queijo 20g
Colação					BANANA
Almoço					Arroz 95g e feijão preto 100g
					ISCAS DE FRANGO GRELHADAS
					MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO
					Salada de repolho com tomate 30g
					BANANA
Lanche					LEITE 190ML/ Flocos de milho sem açúcar 20g + MAÇÃ
Jantar					MACARRÃO ALHO E ÓLEO + CARNE MOÍDA REFOGADA
	SEGUNDA 04/12	**TERÇA 05/12**	**QUARTA 06/12**	**QUINTA 07/12**	**SEXTA 08/12**
Desjejum	Leite 190ml	Suco de maçã 200ml	SUCO DE LARANJA 200ml	Leite 190ml	Suco de uva 200ml
	PÃO DE LEITE com manteiga 8g	PÃO FRANCÊS com queijo 20g	PÃO DE LEITE com queijo 20g	PÃO FRANCÊS	PÃO DE LEITE com manteiga 8g
Colação	BANANA	Banana	BANANA	BANANA	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
	PEITO DE FRANGO À MILANESA	ISCAS DE FRANGO GRELHADAS	PEITO DE FRANGO À MILANESA	ISCAS DE FRANGO GRELHADAS	PEITO DE FRANGO À MILANESA
	MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO	MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO	MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO	MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO	MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO
	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
	BANANA	BANANA	BANANA	BANANA	BANANA
Lanche	Suco de laranja 200 ml /BISCOITO CREAM CRAKER + MAÇÃ	BANANA / Aveia em flocos finos 20g + MAÇÃ	LEITE 190ML/ Flocos de milho sem açúcar 20g + MAÇÃ	BANANA / Flocos de arroz 10g + MAÇÃ	Banana / Aveia em flocos finos 20g + MAÇÃ
Jantar	ARROZ E FEIJÃO + ISCAS DE FRANGO GRELHADAS	MACARRÃO ALHO E ÓLEO + CARNE MOÍDA REFOGADA	ARROZ E FEIJÃO + ISCAS DE FRANGO GRELHADAS	MACARRÃO ALHO E ÓLEO + CARNE MOÍDA REFOGADA	ARROZ E FEIJÃO + ISCAS DE FRANGO GRELHADAS
	SEGUNDA 11/12	**TERÇA 12/12**	**QUARTA 13/12**	**QUINTA 14/12**	**SEXTA 15/12**
Desjejum	Leite 190ml	SUCO DE UVA 200ml	Suco de laranja 200ml	SUCO DE MAÇÃ	Leite 190ml
	PÃO FRANCÊS com manteiga 8g	PÃO DE LEITE com queijo 20g	PÃO FRANCÊS com manteiga 8g	PÃO FRANCÊS	PÃO DE LEITE com queijo 20g
Colação	BANANA	BANANA	Banana	BANANA	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
	PEITO DE FRANGO À MILANESA	ISCAS DE FRANGO GRELHADAS	PEITO DE FRANGO À MILANESA	ISCAS DE FRANGO GRELHADAS	PEITO DE FRANGO À MILANESA
	MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO	MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO	MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO	MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO	MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO
	Salada de tomate 40g	Salada de pepino 35g	Salada de acelga 20g	Salada de alface 25g	Salada de repolho 23g
	BANANA	BANANA	BANANA	BANANA	BANANA
Lanche	LEITE 190ML / Flocos de milho sem açúcar 20g + MAÇÃ	Suco de uva 200ml/ BISCOITO CREAM CRAKER + MAÇÃ	Banana / Aveia em flocos finos 20g + MAÇÃ	SUCO DE LARANJA / BISCOITO CREAM CRAKER + MAÇÃ	BANANA / Flocos de arroz 10g + MAÇÃ
Jantar	ARROZ E FEIJÃO + ISCAS DE FRANGO GRELHADAS	MACARRÃO ALHO E ÓLEO + CARNE MOÍDA REFOGADA	ARROZ E FEIJÃO + ISCAS DE FRANGO GRELHADAS	MACARRÃO ALHO E ÓLEO + CARNE MOÍDA REFOGADA	ARROZ E FEIJÃO + ISCAS DE FRANGO GRELHADAS

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

*** TODOS OS ALIMENTOS DEVEM SER ENVIADO SEPARADOS**

	SEGUNDA 18/12	TERÇA 19/12	QUARTA 20/12	QUINTA 21/12	SEXTA 22/12
Desjejum	SUCO DE MAÇÃ	Suco de uva 200ml	Leite 190ml	Suco de laranja 200ml	Leite 190ml
	PÃO DE LEITE com queijo 20g	PÃO FRANCÊS com manteiga 8g	PÃO FRANCÊS	PÃO FRANCÊS com queijo 20g	PÃO DE LEITE com manteiga 8g
Colação	BANANA	BANANA	BANANA	BANANA	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
	PEITO DE FRANGO À MILANESA	ISCAS DE FRANGO GRELHADAS	PEITO DE FRANGO À MILANESA	ISCAS DE FRANGO GRELHADAS	PEITO DE FRANGO À MILANESA
	MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO	MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO	Macarrão ao alho e óleo 65g	MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO	MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO
	Salada de pepino 35g	Salada de tomate 40g	Salada de alface 25g	Salada de beterraba 35g	Salada de brócolis 30g
	BANANA	BANANA	Banana	BANANA	BANANA
Lanche	Suco de uva 200ml/BISCOITO CREAM CRAKER + MAÇÃ	Suco de maçã 200ml/ BISCOITO CREAM CRAKER + MAÇÃ	BANANA / Aveia em flocos finos 20g + MAÇÃ	BANANA / Flocos de arroz 10g + MAÇÃ	LEITE 190ML/ Flocos de milho sem açúcar 20g + MAÇÃ
Jantar	ARROZ E FEIJÃO + ISCAS DE FRANGO GRELHADAS	MACARRÃO ALHO E ÓLEO + CARNE MOÍDA REFOGADA	ARROZ E FEIJÃO + ISCAS DE FRANGO GRELHADAS	MACARRÃO ALHO E ÓLEO + CARNE MOÍDA REFOGADA	ARROZ E FEIJÃO + ISCAS DE FRANGO GRELHADAS