



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

**CARDÁPIO MATERNAL II E PRÉ RISOTOLÂNDIA C**  
**SELETIVIDADE ALIMENTAR 24 DEZEMBRO**

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

					<b>SEXTA 01/12</b>				
<b>Desjejum</b>					Suco de laranja 200ml				
<b>Almoço</b>					PÃO DE FORMA COM MANTEIGA				
<b>Lanche</b>					Arroz 95g e feijão preto 100g				
<b>Jantar</b>					PEITO DE FRANGO À MILANESA				
					POLENTA				
					Salada de repolho com tomate 30g				
					Melancia				
					Vitamina de banana 180 ml/ Flocos de milho sem açúcar 20g				
					Polenta com molho de frango 200g				
<b>SEGUNDA 04/12</b>		<b>TERÇA 05/12</b>	<b>QUARTA 06/12</b>	<b>QUINTA 07/12</b>	<b>SEXTA 08/12</b>				
<b>Desjejum</b>	Leite 190ml	Suco de maçã 200ml	Vitamina de morango 180ml	Leite 190ml	Suco de uva 200ml				
	PÃO DE FORMA	PÃO DE FORMA COM MANTEIGA	PÃO DE FORMA	Pão de forma com manteiga 8g	PÃO DE FORMA				
<b>Almoço</b>	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	PEITO DE FRANGO À MILANESA	PEITO DE FRANGO À MILANESA	PEITO DE FRANGO À MILANESA	PEITO DE FRANGO À MILANESA				
	POLENTA	POLENTA	POLENTA	POLENTA	POLENTA				
	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				
	Melão	Maçã	Pudim de uva	Pêssego	Laranja				
<b>Lanche</b>	Suco de laranja 200 ml /Muffin de maçã com uva passa 60g	Iogurte de morango 120ml / Flocos de milho sem açúcar 20g	BANANA / Aveia em flocos finos 20g	Suco de maçã 200ml/ Sanduíche natural	Vitamina de manga 180ml / Flocos de arroz 10g				
<b>Jantar</b>	Risoto de frango - jantar 200g	Sopa de feijão com macarrão 180g	Quirera ao molho de frango - jantar 200g	Macarrão a bolonhesa - jantar 200g	Polenta com almôndegas ao molho 150g				



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

**CARDÁPIO MATERNAL II E PRÉ RISOTOLÂNDIA C**  
**SELETIVIDADE ALIMENTAR 24 DEZEMBRO**

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

	<b>SEGUNDA 11/12</b>	<b>TERÇA 12/12</b>	<b>QUARTA 13/12</b>	<b>QUINTA 14/12</b>	<b>SEXTA 15/12</b>
<b>Desjejum</b>	Leite 190ml	Vitamina de manga 180ml	Suco de laranja 200ml	Vitamina de banana 180ml	Leite 190ml
	Pão de forma com manteiga 8g	PÃO DE FORMA	PÃO DE FORMA COM MANTEIGA	PÃO DE FORMA	Pão de forma com manteiga 8g
<b>Almoço</b>	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
	PEITO DE FRANGO À MILANESA	PEITO DE FRANGO À MILANESA	PEITO DE FRANGO À MILANESA	PEITO DE FRANGO À MILANESA	PEITO DE FRANGO À MILANESA
<b>Almoço</b>	POLENTA	POLENTA	POLENTA	Polenta - almoço 100g	POLENTA
	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
<b>Lanche</b>	Melão	BANANA	Pêssego	Maçã	Manga
	Vitamina de morango 180ml/ Flocos de milho sem açúcar 20g	Banana / Aveia em flocos finos 20g	Leite 190ml / Sanduíche napolitano	BANANA / Flocos de arroz 10g	Suco de uva 200ml/ Bolo de banana com aveia 60g
<b>Jantar</b>	Arroz carreteiro 180g	Macarrão com molho de frango e legumes 200g	Escondidinho de frango 170g	Canja 200g	Cozido de aipim 170g
	<b>SEGUNDA 18/12</b>	<b>TERÇA 19/12</b>	<b>QUARTA 20/12</b>	<b>QUINTA 21/12</b>	<b>SEXTA 22/12</b>
<b>Desjejum</b>	Vitamina de banana 180ml	Suco de uva 200ml	Leite 190ml	Suco de laranja 200ml	Leite 190ml
	PÃO DE FORMA	PÃO DE FORMA COM MANTEIGA	PÃO DE FORMA	PÃO DE FORMA COM MANTEIGA	PÃO DE FORMA
<b>Almoço</b>	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
	PEITO DE FRANGO À MILANESA	PEITO DE FRANGO À MILANESA	PEITO DE FRANGO À MILANESA	PEITO DE FRANGO À MILANESA	Peito de frango à milanesa 50g
<b>Almoço</b>	POLENTA	POLENTA	POLENTA	POLENTA	POLENTA
	Salada de beterraba 35g	Salada de vagem com cenoura 30g	Salada de abobrinha 30g	Salada de tomate 40g	Salada de alface 25g
<b>Lanche</b>	Pêssego	Banana	Melancia	Laranja	Melancia
	BANANA / Flocos de arroz 10g	Iogurte de morango 120ml/ Flocos de milho sem açúcar 20g	Suco de maçã 200ml/ Pão de leite com carne moída	Banana / Aveia em flocos finos 20g	Suco de uva 200 ml/ Bolo de coco 60g
<b>Jantar</b>	Quirera ao molho de frango - jantar 200g	Arroz carreteiro 180g	Polenta com molho de frango 200g	Madalena de carne 170g	Macarrão à bolonhesa - jantar 200g