



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

CARDÁPIO MATERNAL II E PRÉ RISOTOLÂNDIA F
SELETIVIDADE ALIMENTAR 28 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
					Pão integral com queijo 20g
					ARROZ
Almoço					STROGONOFF DE FRANGO
					Jardineira de legumes 50g
					Salada de repolho com tomate 30g
					Melancia
Lanche					LEITE / Flocos de milho sem açúcar 20g
Jantar					Polenta com molho de frango 200g
	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 UVA	SUCO DE LARANJA	Suco de uva 200ml
	Pão de leite com manteiga 8g	Pão de forma com queijo 20g	Pão integral com queijo 20g	Pão de forma com manteiga 8g	Bolo de fubá 60g
	ARROZ	ARROZ	ARROZ	ARROZ	ARROZ
Almoço	STROGONOFF DE FRANGO	STROGONOFF DE FRANGO	STROGONOFF DE FRANGO	STROGONOFF DE FRANGO	STROGONOFF DE FRANGO
	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
	Melão	Maçã	Pudim de uva	Pêssego	Laranja
Lanche	LEITE /Muffin de maçã com uva passa 60g	LEITE / Flocos de milho sem açúcar 20g	Mamão / FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR	LEITE / Sanduíche natural	LEITE / Flocos de arroz 10g
Jantar	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

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

CARDÁPIO MATERNAL II E PRÉ RISOTOLÂNDIA F
SELETIVIDADE ALIMENTAR 28 DEZEMBRO
2023

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 UVA	SUCO DE MAÇÃ
	Pão de forma com manteiga 8g	Pão de leite com queijo 20g	Muffin de maçã com uva passa 60g	Pão integral com queijo 20g	Pão de forma com manteiga 8g
Almoço	ARROZ	ARROZ	ARROZ	ARROZ	ARROZ
	STROGONOFF DE FRANGO	STROGONOFF DE FRANGO	STROGONOFF DE FRANGO	STROGONOFF DE FRANGO	STROGONOFF DE FRANGO
	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
	Melão	Mamão	Pêssego	Maçã	Manga
Lanche	LEITE / Flocos de milho sem açúcar 20g	Banana / FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR	Leite 190ml / Sanduíche napolitano	Mamão / FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR	LEITE / Bolo de banana com aveia 60g
Jantar	Arroz carreteiro 180g	Macarrão com molho de frango e legumes 200g	Escondidinho de frango 170g	Canja 200g	Cozido de aipim 170g
	SEGUNDA 18/12	TERÇA 19/12	QUARTA 20/12	QUINTA 21/12	SEXTA 22/12
Desjejum	SUCO DE LARANJA	Suco de uva 200ml	SUCO DE UVA	Suco de laranja 200ml	SUCO DE MAÇÃ
	Pão de leite com queijo 20g	Muffin de maçã com uva passa 60g	Pão integral com manteiga 20g	Pão de forma com queijo 8g	Pão de leite com manteiga 8g
Almoço	ARROZ	ARROZ	ARROZ	ARROZ	ARROZ
	STROGONOFF DE FRANGO	STROGONOFF DE FRANGO	STROGONOFF DE FRANGO	STROGONOFF DE FRANGO	STROGONOFF DE FRANGO
	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
	Pêssego	Banana	Melancia	Laranja	Melancia
Lanche	Mamão /FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR	LEITE / Flocos de milho sem açúcar 20g	LEITE / Pão de leite com carne moída	Banana / FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR	LEITE / Bolo de coco 60g
Jantar	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