



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

**CARDÁPIO MATERNAL II E PRÉ SINGULAR A  
 SEM LEITE, SOJA E GLÚTEN 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

**\*O MACARRÃO DEVE SER SEM GLÚTEN  
 LER O RÓTULO DOS ALIMENTOS: NENHUM ALIMENTO DEVE CONTER GLÚTEN  
 ATENÇÃO: TODOS OS UTENSÍLIOS UTILIZADOS PARA A PREPARAÇÃO DOS ALIMENTOS DA CRIANÇA DEVEM SER  
 SEPARADOS, IDENTIFICADOS E HIGIENIZADOS SEPARADAMENTE. USAR ESPONJA SEPARADA.**

					<b>SEXTA 01/12</b>
<b>Desjejum</b>					SUCO DE LARANJA 200ML
					PÃO SEM LEITE E GLÚTEN COM PATÊ DE CENOURA
<b>Almoço</b>					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
					MELANCIA
<b>Lanche</b>					VITAMINA DE BANANA COM LEITE DE COCO/ MAÇÃ
<b>Jantar</b>					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 DE COCO	SUCO DE MAÇÃ 200ML	VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE COCO 180ML	LEITE DE COCO	SUCO DE UVA 200ML
	PÃO SEM LEITE E GLÚTEN COM MANTEIGA DE COCO	PÃO SEM LEITE E GLÚTEN COM PATÊ DE CENOURA	PÃO SEM LEITE E GLÚTEN COM PATÊ DE CENOURA	PÃO SEM LEITE E GLÚTEN COM MANTEIGA DE COCO	BOLO DE BANANA COM AVEIA
<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
	CARNE MOÍDA COM TOMATE E CHEIRO VERDE 50G	FRANGO À CAMPONESA 70G	CARNE MOÍDA REFOGADA	ISCAS DE FRANGO GRELHADAS	BARREADO 70G
	CENOURA REFOGADA 50G	FAROFA DE COUVE 20G	QUIRERA	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
<b>Lanche</b>	SUCO DE LARANJA 200 ML /BOLO DE BANANA COM AVEIA SEM GLÚTEN	LEITE DE COCO / BANANA	MANGA/ FLOCOS DE ARROZ SEM GLÚTEN	BANANA/ AVEIA EM FLOCOS FINOS SEM GLÚTEN	VITAMINA DE MANGA COM LEITE DE COCO 180ML/ BANANA
<b>Jantar</b>	RISOTO DE FRANGO - JANTAR 200G	SOPA CAMPONESA 180G	SUCO DE MAÇÃ 200ML/ PÃO SEM LEITE E GLÚTEN COM ISCAS DE FRANGO 35G	QUIRERA AO MOLHO DE FRANGO - JANTAR 200G	SOPA DE FEIJÃO COM MACARRÃO SEM OVOS E GLÚTEN



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

**CARDÁPIO MATERNAL II E PRÉ SINGULAR A  
 SEM LEITE, SOJA E GLÚTEN 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

**\*O MACARRÃO DEVE SER SEM GLÚTEN  
 LER O RÓTULO DOS ALIMENTOS: NENHUM ALIMENTO DEVE CONTER GLÚTEN  
 ATENÇÃO: TODOS OS UTENSÍLIOS UTILIZADOS PARA A PREPARAÇÃO DOS ALIMENTOS DA CRIANÇA DEVEM SER  
 SEPARADOS, IDENTIFICADOS E HIGIENIZADOS SEPARADAMENTE. USAR ESPONJA SEPARADA.**

	SEGUNDA 11/12	TERÇA 12/12	QUARTA 13/12	QUINTA 14/12	SEXTA 15/12
<b>Desjejum</b>	LEITE DE COCO	VITAMINA DE MANGA COM LEITE DE COCO 180M	SUCO DE LARANJA 200ML	VITAMINA DE BANANA COM LEITE DE COCO	LEITE DE COCO
	PÃO SEM LEITE E GLÚTEN COM MANTEIGA DE COCO	PÃO SEM LEITE E GLÚTEN COM PATÊ DE CENOURA	BOLO DE BANANA COM AVEIA SEM GLÚTEN	PÃO SEM LEITE E GLÚTEN COM PATÊ DE CENOURA	PÃO SEM LEITE E GLÚTEN COM MANTEIGA DE COCO
<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
	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 SEM LEITE 60G	QUIRERA - ALMOÇO 60G	FAROFA DE COUVE 20G	POLENTA - ALMOÇO 100G	CENOURA REFOGADA 50G
	SALADA DE TOMATE 40G MELÃO	SALADA DE REPOLHO 23G MAMÃO	SALADA DE ALFACE 25G PÊSSEGO	SALADA DE ACELGA 20G MAÇÃ	SALADA DE PEPINO 35G MANGA
<b>Lanche</b>	LEITE DE COCO 190ML/ BANANA	BANANA / AVEIA EM FLOCOS FINOS SEM GLÚTEN	LEITE DE COCO / PÃO SEM LEITE E GLÚTEN COM PATÊ DE GRÃO DE BICO	CREME DE MORANGO COM LEITE DE COCO 100G/ FLOCOS DE ARROZ SEM GLÚTEN	SUCO DE UVA 200ML/ BOLO DE BANANA COM AVEIA SEM GLÚTEN
<b>Jantar</b>	ARROZ CARRETEIRO 180G	POLENTA À BOLONHESA- JANTAR 200G	CANJA 200G	COZIDO DE AIPIM 170G	SOPA CAMPONESA 180G
	SEGUNDA 18/12	TERÇA 19/12	QUARTA 20/12	QUINTA 21/12	SEXTA 22/12
<b>Desjejum</b>	VITAMINA DE BANANA COM LEITE DE COCO	SUCO DE UVA 200ML	LEITE DE COCO	SUCO DE LARANJA 200ML	LEITE DE COCO
	PÃO SEM LEITE E GLÚTEN COM PATÊ DE CENOURA	BOLO DE BANANA COM AVEIA SEM GLÚTEN	PÃO SEM LEITE E GLÚTEN COM MANTEIGA DE COCO	PÃO SEM LEITE E GLÚTEN COM PATÊ DE CENOURA	PÃO SEM LEITE E GLÚTEN COM MANTEIGA DE COCO
<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
	ISCAS DE CARNE À BRASILEIRA 60G	ISCAS DE FRANGO GRELHADAS	ISCAS DE CARNE	FRANGO ENSOPADO 70G	CARNE MOÍDA COM MOLHO 50G
	MACARRÃO SEM GLÚTEN AO SUGO	LEGUMES REFOGADOS 40G	CENOURA COM BRÓCOLIS REFOGADOS 50G	BETERRABA COZIDA 50G	PURÊ DE BATATA SEM LEITE 60G
	SALADA DE PEPINO 35G LARANJA	SALADA DE BETERRABA 35G BANANA	SALADA DE ALFACE 25G PUDIM DE LARANJA	SALADA DE TOMATE 40G PÊSSEGO	SALADA DE BRÓCOLIS 30G MAÇÃ
<b>Lanche</b>	SUCO DE UVA 200ML/ BOLO DE BANANA COM AVEIA	MAMÃO / AVEIA EM FLOCOS FINOS SEM GLÚTEN	SUCO DE MAÇÃ 200ML/ PÃO SEM LEITE E GLÚTEN COM CARNE MOÍDA	LEITE DE COCO/ FLOCOS DE ARROZ 10G	VITAMINA DE MANGA COM LEITE DE COCO 180M/ BANANA
<b>Jantar</b>	QUIRERA AO MOLHO DE FRANGO - JANTAR 200G	ARROZ CARRETEIRO 180G	POLENTA COM MOLHO DE FRANGO 200G	SOPA CABOCLA 180G	CANJA 200G