



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 SINGULAR B
SELETIVIDADE ALIMENTAR 112 DEZEMBRO
2023

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
Almoço					BISCOITO CREAM CRAKER
					Arroz 95g e feijão preto 100g
					ISCAS DE FRANGO GRELHADAS
					MACARRÃO ALHO E ÓLEO
					Salada de repolho com tomate 30g
					Melancia
Lanche					SUCO DE UVA/ Flocos de milho sem açúcar 20g
Jantar					ARROZ +ISCAS DE CARNE
	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 LARANJA	SUCO DE MAÇÃ	Suco de uva 200ml
	PÃO DE LEITE	BISCOITO CREAM CRAKER	PÃO DE LEITE	BISCOITO CREAM CRAKER	PÃO DE LEITE
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
	MACARRÃO ALHO E ÓLEO	MACARRÃO ALHO E ÓLEO	MACARRÃO ALHO E ÓLEO	MACARRÃO ALHO E ÓLEO	MACARRÃO ALHO E ÓLEO
	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
Lanche	BANANA	Maçã	PERA	BANANA	MAÇÃ
	Suco de laranja 200 ml /Muffin de maçã com uva passa 60g	Iogurte de morango 120ml / Flocos de milho sem açúcar 20g	Manga/ Flocos de arroz 10g	Banana/ Aveia em flocos finos 20g	SUCO DE LARANJA/ Flocos de milho sem açúcar 20g
Jantar	ARROZ+ ISCAS DE FRANGO GRELHADAS	ARROZ +ISCAS DE CARNE	ARROZ+ ISCAS DE FRANGO GRELHADAS	ARROZ +ISCAS DE CARNE	ARROZ+ ISCAS DE FRANGO GRELHADAS
	SEGUNDA 11/12	TERÇA 12/12	QUARTA 13/12	QUINTA 14/12	SEXTA 15/12
Desjejum	SUCO DE LARANJA	SUCO DE MAÇÃ	Suco de laranja 200ml	SUCO DE UVA	SUCO DE LARANJA
	BISCOITO CREAM CRAKER	PÃO DE LEITE	BISCOITO CREAM CRAKER	PÃO DE LEITE	BISCOITO CREAM CRAKER
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 FRANGO GRELHADAS	ISCAS DE CARNE	ISCAS DE FRANGO GRELHADAS	ISCAS DE CARNE	ISCAS DE FRANGO GRELHADAS
	MACARRÃO ALHO E ÓLEO	MACARRÃO ALHO E ÓLEO	MACARRÃO ALHO E ÓLEO	MACARRÃO ALHO E ÓLEO	MACARRÃO ALHO E ÓLEO
	Salada de tomate 40g	Salada de repolho 23g	Salada de alface 25g	Salada de acelga 20g	Salada de pepino 35g
Lanche	BANANA	PERA	MELANCIA	Maçã	BANANA
	SUCO DE MAÇÃ/ Flocos de milho sem açúcar 20g	Banana / Aveia em flocos finos 20g	SUCO DE UVA / PÃO DE LEITE	Creme de morango 100g/ Flocos de arroz 10g	Suco de uva 200ml/ PÃO DE LEITE
Jantar	ARROZ +ISCAS DE CARNE	ARROZ+ ISCAS DE FRANGO GRELHADAS	ARROZ +ISCAS DE CARNE	ARROZ+ ISCAS DE FRANGO GRELHADAS	ARROZ +ISCAS DE CARNE
	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 MAÇÃ	Suco de laranja 200ml	SUCO DE UVA
	PÃO DE LEITE	BISCOITO CREAM CRAKER	PÃO DE LEITE	BISCOITO CREAM CRAKER	PÃO DE LEITE
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
	MACARRÃO ALHO E ÓLEO	MACARRÃO ALHO E ÓLEO	MACARRÃO ALHO E ÓLEO	MACARRÃO ALHO E ÓLEO	MACARRÃO ALHO E ÓLEO
	Salada de pepino 35g	Salada de beterraba 35g	Salada de alface 25g	Salada de tomate 40g	Salada de brócolis 30g
Lanche	MAÇÃ	Banana	MELANCIA	PERA	Maçã
	Suco de uva 200ml/ PÃO DE LEITE	Mamão / Aveia em flocos finos 20g	Suco de maçã 200ml/ PÃO DE LEITE	Iogurte de morango 120ml/ Flocos de arroz 10g	SUCO DE MAÇÃ/ Flocos de milho sem açúcar 20g
Jantar	ARROZ+ ISCAS DE FRANGO GRELHADAS	ARROZ +ISCAS DE CARNE	ARROZ+ ISCAS DE FRANGO GRELHADAS	ARROZ +ISCAS DE CARNE	ARROZ+ ISCAS DE FRANGO GRELHADAS