



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

CARDÁPIO MATERNAL II E PRÉ SINGULAR B
SELETIVIDADE ALIMENTAR 133 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
Almoço					PÃO FRANCÊS COM QUEIJO
					ARROZ
					Posta assada com molho (50g de carne e 20g de molho)
					MACARRÃO ALHO E ÓLEO
Lanche					Salada de repolho com tomate 30g
Jantar					Melancia
					LEITE PURO/ Flocos de milho sem açúcar 20g
					MACARRÃO ALHO E ÓLEO
	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 FRANCÊS COM QUEIJO	PÃO FRANCÊS COM QUEIJO	PÃO FRANCÊS COM QUEIJO	PÃO FRANCÊS COM QUEIJO	PÃO FRANCÊS COM QUEIJO
Almoço	ARROZ	ARROZ	ARROZ	ARROZ	ARROZ
	Carne moída com tomate e cheiro verde 50g	Frango à camponesa 70g	Bolinho de carne 60g	Strogonoff de frango 70g	Barreado 70g
	MACARRÃO ALHO E ÓLEO	MACARRÃO ALHO E ÓLEO	MACARRÃO ALHO E ÓLEO	Batata doce refogada 50g	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	BANANA	MAÇÃ	BANANA
	Suco de laranja 200 ml /PÃO FRANCÊS COM QUEIJO	logurte de morango 120ml / Flocos de milho sem açúcar 20g	BANANA/ Flocos de arroz 10g	Banana/ Aveia em flocos finos 20g	LEITE PURO/ Flocos de milho sem açúcar 20g
Jantar	MACARRÃO ALHO E ÓLEO	MACARRÃO ALHO E ÓLEO	MACARRÃO ALHO E ÓLEO	MACARRÃO ALHO E ÓLEO	MACARRÃO ALHO E ÓLEO



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

CARDÁPIO MATERNAL II E PRÉ SINGULAR B
SELETIVIDADE ALIMENTAR 133 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

	SEGUNDA 11/12	TERÇA 12/12	QUARTA 13/12	QUINTA 14/12	SEXTA 15/12
Desjejum	SUCO DE UVA	SUCO DE MAÇÃ	Suco de laranja 200ml	SUCO DE UVA	SUCO DE MAÇÃ
	PÃO FRANCÊS COM QUEIJO	PÃO FRANCÊS COM QUEIJO	PÃO FRANCÊS COM QUEIJO	PÃO FRANCÊS COM QUEIJO	PÃO FRANCÊS COM QUEIJO
Almoço	ARROZ	ARROZ	ARROZ	ARROZ	ARROZ
	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 60g	MACARRÃO ALHO E ÓLEO	MACARRÃO ALHO E ÓLEO	Polenta - almoço 100g	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	MAÇÃ	BANANA	Maçã	BANANA
	LEITE PURO/ Flocos de milho sem açúcar 20g	Banana / Aveia em flocos finos 20g	Leite 190ml / PÃO FRANCÊS COM QUEIJO	Creme de morango 100g/ Flocos de arroz 10g	Suco de uva 200ml/ PÃO FRANCÊS COM QUEIJO
Jantar	MACARRÃO ALHO E ÓLEO	MACARRÃO ALHO E ÓLEO	MACARRÃO ALHO E ÓLEO	MACARRÃO ALHO E ÓLEO	MACARRÃO ALHO E ÓLEO
	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 FRANCÊS COM QUEIJO	PÃO FRANCÊS COM QUEIJO	PÃO FRANCÊS COM QUEIJO	PÃO FRANCÊS COM QUEIJO	PÃO FRANCÊS COM QUEIJO
Almoço	ARROZ	ARROZ	ARROZ	ARROZ	ARROZ
	Iscas de carne à brasileira 60g	Frango napolitano 70g	Strogonoff de carne 70g	Frango ensopado 70g	Carne moída com molho 50g
	Macarrão ao alho e óleo 65g	MACARRÃO ALHO E ÓLEO	MACARRÃO ALHO E ÓLEO	MACARRÃO ALHO E ÓLEO	Purê de batata 60g
	Salada de pepino 35g	Salada de beterraba 35g	Salada de alface 25g	Salada de tomate 40g	Salada de brócolis 30g
Lanche	MAÇÃ	Banana	MAÇÃ	BANANA	Maçã
	Suco de uva 200ml/ PÃO FRANCÊS COM QUEIJO	BANANA / Aveia em flocos finos 20g	Suco de maçã 200ml/ PÃO FRANCÊS COM QUEIJO	logurte de morango 120ml/ Flocos de arroz 10g	LEITE PURO/ Flocos de milho sem açúcar 20g
Jantar	MACARRÃO ALHO E ÓLEO	MACARRÃO ALHO E ÓLEO	MACARRÃO ALHO E ÓLEO	MACARRÃO ALHO E ÓLEO	MACARRÃO ALHO E ÓLEO