



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

CARDÁPIO MATERNAL II E PRÉ SINGULAR B
SELETIVIDADE ALIMENTAR 25 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 UVA 200ml
					PÃO DE FORMA
Almoço					ARROZ
					ISCAS DE FRANGO
					BRÓCOLIS REFOGADO
					Salada de repolho com tomate 30g
					BANANA
Lanche					LEITE/ Flocos de milho sem açúcar 20g
Jantar					CANJA
	SEGUNDA 04/12	TERÇA 05/12	QUARTA 06/12	QUINTA 07/12	SEXTA 08/12
Desjejum	Leite 190ml	Suco de UVA 200ml	LEITE	Leite 190ml	Suco de uva 200ml
	PÃO DE LEITE	PÃO DE FORMA	PÃO DE LEITE	PÃO DE FORMA	PÃO DE LEITE
Almoço	ARROZ	ARROZ	ARROZ	ARROZ	ARROZ
	ISCAS DE FRANGO	ISCAS DE FRANGO	ISCAS DE FRANGO	ISCAS DE FRANGO	ISCAS DE FRANGO
	Cenoura refogada 50g	PURÊ DE BATATA	POLENTA	QUIRERA	MACARRÃO
	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
	BANANA	BANANA	BANANA	BANANA	BANANA
Lanche	LEITE /Muffin de maçã com uva passa 60g	logurte de morango 120ml / Flocos de milho sem açúcar 20g	Manga/ Flocos de arroz 10g	Banana/ Aveia em flocos finos 20g	LEITE/ Flocos de milho sem açúcar 20g
Jantar	QUIRERA	Sopa camponesa 180g	CANJA	Quirera ao molho de frango - jantar 200g	Sopa de feijão com macarrão 180g
	SEGUNDA 11/12	TERÇA 12/12	QUARTA 13/12	QUINTA 14/12	SEXTA 15/12
Desjejum	Leite 190ml	LEITE	Suco de UVA 200ml	LEITE	Leite 190ml
	PÃO DE LEITE	PÃO DE FORMA	PÃO DE LEITE	PÃO DE FORMA	PÃO DE LEITE
Almoço	ARROZ	ARROZ	ARROZ	ARROZ	ARROZ
	ISCAS DE FRANGO	ISCAS DE FRANGO	ISCAS DE FRANGO	ISCAS DE FRANGO	ISCAS DE FRANGO
	Purê de batata 60g	Quirera - almoço 60g		PURÊ DE BATATA	Polenta - almoço 100g
	Salada de tomate 40g	Salada de repolho 23g	Salada de alface 25g	Salada de acelga 20g	Cenoura refogada 50g
	BANANA	Salada de pepino 35g			Salada de brócolis 30g
	BANANA	BANANA	BANANA	BANANA	BANANA
Lanche	LEITE/ Flocos de milho sem açúcar 20g	Banana / Aveia em flocos finos 20g	Leite 190ml /PÃO DE LEITE	LEITE/ Flocos de arroz 10g	LEITE/ Bolo de banana com aveia 60g
Jantar	QUIRERA	CANJA	Canja 200g	QUIRERA	Sopa camponesa 180g
	SEGUNDA 18/12	TERÇA 19/12	QUARTA 20/12	QUINTA 21/12	SEXTA 22/12
Desjejum	LEITE	Suco de uva 200ml	Leite 190ml	Suco de UVA 200ml	LEITE
	PÃO DE LEITE	PÃO DE FORMA	PÃO DE LEITE	PÃO DE FORMA	PÃO DE LEITE
Almoço	ARROZ	ARROZ	ARROZ	ARROZ	ARROZ
	ISCAS DE FRANGO	ISCAS DE FRANGO	ISCAS DE FRANGO	ISCAS DE FRANGO	ISCAS DE FRANGO
	Macarrão ao alho e óleo 65g	BRÓCOLIS REFOGADO	QUIRERA	POLENTA	Purê de batata 60g
	Salada de pepino 35g	Salada de beterraba 35g	Salada de alface 25g	Salada de tomate 40g	Salada de brócolis 30g
	BANANA	Banana	BANANA	BANANA	BANANA
Lanche	LEITE/ Bolo de coco 50g	Mamão / Aveia em flocos finos 20g	LEITE/ PÃO DE FORMA	logurte de morango 120ml/ Flocos de arroz 10g	LEITE/ Flocos de milho sem açúcar 20g
Jantar	QUIRERA	CANJA	QUIRERA	Sopa cabocla 180g	Canja 200g