CARDÁPIO MATERNAL II E PRÉ SINGULAR B
SELETIVIDADE ALIMENTAR 43 DEZEMBRO
2023

CURITIBA
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

Juliana R. D. Guedes
Juliana Rodrigues Dias Guedes
Departamento de Logística
Matrícula 184452
Gerência de Alimentação Escolar

					SEXTA 01/12
Desjejum					LEITE
					BISCOITO CREAM CRACKER
Almoço					Arroz 95g e feijão preto 100g
					ISCAS DE CARNE
					Jardineira de legumes 50g
					Salada de repolho com tomate 30g
					Melancia
Lanche					LEITE/ 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	Leite 190ml	LEITE	LEITE	Leite 190ml	LEITE
	PÃO INTEGRAL	BISCOITO CREAM CRACKER	PÃO INTEGRAL	PÃO INTEGRAL	PÃO INTEGRAL
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 CARNE	ISCAS DE CARNE	ISCAS DE CARNE	ISCAS DE CARNE
	Cenoura refogada 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 com cenoura 30g	Salada de repolho verde com repolho roxo 30g	Salada de alface
	BANANA	Maçã	BANANA	MAÇÃ	Laranja
Lanche	LEITE/PÃO INTEGRAL	LEITE / Flocos de milho sem açúcar 20g	BANANA/ Flocos de arroz 10g	Banana/ Aveia em flocos finos 20g	LEITE/ Flocos de milho sem açúcar 20g
Jantar	ARROZ + ISCAS DE CARNE	ARROZ + ISCAS DE CARNE	ARROZ + ISCAS DE CARNE	ARROZ + ISCAS DE CARNE	ARROZ + ISCAS DE CARNE
	SEGUNDA 11/12	**TERÇA 12/12**	**QUARTA 13/12**	**QUINTA 14/12**	**SEXTA 15/12**
Desjejum	Leite 190ml	LEITE	LEITE	LEITE	Leite 190ml
	PÃO INTEGRAL	BISCOITO CREAM CRACKER	PÃO INTEGRAL	BISCOITO CREAM CRACKER	PÃO INTEGRAL
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 CARNE	ISCAS DE CARNE	ISCAS DE CARNE	ISCAS DE CARNE
	Purê de batata 60g	Quirera - almoço 60g	Farofa de couve 20g	Polenta - almoço 100g	Cenoura refogada 50g
	Salada de tomate 40g	Salada de repolho 23g	Salada de alface 25g	Salada de acelga 20g	Salada de pepino 35g
	BANANA	MAÇÃ	BANANA	Maçã	LARANJA
Lanche	LEITE/ Flocos de milho sem açúcar 20g	Banana / Aveia em flocos finos 20g	Leite 190ml /BISCOITO CREAM CRACKER	LEITE/ Flocos de arroz 10g	LEITE/ BISCOITO CREAM CRACKER
Jantar	ARROZ + ISCAS DE CARNE	ARROZ + ISCAS DE CARNE	ARROZ + ISCAS DE CARNE	ARROZ + ISCAS DE CARNE	ARROZ + ISCAS DE CARNE
	SEGUNDA 18/12	**TERÇA 19/12**	**QUARTA 20/12**	**QUINTA 21/12**	**SEXTA 22/12**
Desjejum	LEITE	LEITE	LEITE	LEITE	LEITE
	PÃO INTEGRAL	BISCOITO CREAM CRACKER	PÃO INTEGRAL	BISCOITO CREAM CRACKER	PÃO INTEGRAL
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 CARNE	ISCAS DE CARNE	ISCAS DE CARNE	ISCAS DE CARNE
	Macarrão ao alho e óleo 65g	Legumes refogados 40g	Cenoura com brócolis refogados 50g	Beterraba cozida 50g	Purê de batata 60g
	Salada de pepino 35g	Salada de beterraba 35g	Salada de alface 25g	Salada de tomate 40g	Salada de brócolis 30g
	Laranja	Banana	LARANJA	MELANCIA	Maçã
Lanche	LEITE/ Bolo de coco 50g	BANANA/ Aveia em flocos finos 20g	LEITE/ PÃO INTEGRAL	LEITE/ Flocos de arroz 10g	LEITE/ Flocos de milho sem açúcar 20g
Jantar	ARROZ + ISCAS DE CARNE	ARROZ + ISCAS DE CARNE	ARROZ + ISCAS DE CARNE	ARROZ + ISCAS DE CARNE	ARROZ + ISCAS DE CARNE