



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 55 DEZEMBRO**

2023

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

PS:FEIJÃO SEM CALDO

							SEXTA 01/12
Desjejum							Suco de laranja 200ml PÃO INTEGRAL Arroz 95g e feijão preto 100g PEITO DE FRANGO À MILANESA MACARRÃO ALHO E ÓLEO Salada de repolho com tomate 30g BANANA CHÁ DE ERVA DOCE SEM AÇÚCAR/ Flocos de milho sem açúcar 20g MACARRÃO AO SUGO
Almoço							SEXTA 08/12
Lanche							
Jantar		SEGUNDA 04/12	TERÇA 05/12	QUARTA 06/12	QUINTA 07/12	SEXTA 08/12	
Desjejum		CHÁ DE ERVA DOCE SEM AÇÚCAR	Suco de macaã 200ml	CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR	CHÁ DE ERVA DOCE SEM AÇÚCAR	Suco de uva 200ml	
		PÃO DE LEITE	PÃO INTEGRAL	PÃO FRANCÊS	PÃO DE FORMA	PÃO DE LEITE	
		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	
Almoço		PEITO DE FRANGO À MILANESA	PEITO DE FRANGO À MILANESA	PEITO DE FRANGO À MILANESA	PEITO DE FRANGO À MILANESA	PEITO DE FRANGO À MILANESA	
		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	
		BANANA	Maçã	BANANA	MAÇÃ	BANANA	
Lanche		Suco de laranja 200 ml /PÃO FRANCÊS	CHÁ DE ERVA DOCE SEM AÇÚCAR/ Flocos de milho sem açúcar 20g	BANANA/ Flocos de arroz 10g	Banana/ Aveia em flocos finos 20g	CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR/ Flocos de milho sem açúcar 20g	
Jantar		MACARRÃO AO SUGO	MACARRÃO AO SUGO	MACARRÃO AO SUGO	MACARRÃO AO SUGO	MACARRÃO AO SUGO	
		SEGUNDA 11/12	TERÇA 12/12	QUARTA 13/12	QUINTA 14/12	SEXTA 15/12	
Desjejum		CHÁ DE ERVA DOCE SEM AÇÚCAR	CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR	Suco de laranja 200ml	CHÁ DE ERVA DOCE SEM AÇÚCAR	CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR	
		PÃO DE FORMA	PÃO DE LEITE	PÃO INTEGRAL	PÃO INTEGRAL	PÃO DE FORMA	
		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	
Almoço		PEITO DE FRANGO À MILANESA	PEITO DE FRANGO À MILANESA	PEITO DE FRANGO À MILANESA	PEITO DE FRANGO À MILANESA	PEITO DE FRANGO À MILANESA	
		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	
		BANANA	MAÇÃ	BANANA	Maçã	BANANA	
Lanche		CHÁ DE ERVA DOCE SEM AÇÚCAR/ Flocos de milho sem açúcar 20g	Banana / Aveia em flocos finos 20g	CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR/PÃO FRANCÊS	CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR/ Flocos de arroz 10g	Suco de uva 200ml/PÃO FRANCÊS	
Jantar		MACARRÃO AO SUGO	MACARRÃO AO SUGO	MACARRÃO AO SUGO	MACARRÃO AO SUGO	MACARRÃO AO SUGO	
		SEGUNDA 18/12	TERÇA 19/12	QUARTA 20/12	QUINTA 21/12	SEXTA 22/12	
Desjejum		CHÁ DE ERVA DOCE SEM AÇÚCAR	Suco de uva 200ml	CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR	Suco de laranja 200ml	CHÁ DE ERVA DOCE SEM AÇÚCAR	
		PÃO DE LEITE	PÃO INTEGRAL	PÃO FRANCÊS	PÃO DE FORMA	PÃO DE LEITE	
		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	
Almoço		PEITO DE FRANGO À MILANESA	PEITO DE FRANGO À MILANESA	PEITO DE FRANGO À MILANESA	PEITO DE FRANGO À MILANESA	PEITO DE FRANGO À MILANESA	
		Macarrão ao alho e óleo 65g	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	
		MAÇÃ	Banana	MAÇÃ	BANANA	Maçã	
Lanche		Suco de uva 200ml/ Bolo de coco 50g	BANANA/ Aveia em flocos finos 20g	Suco de maçã 200ml/ PÃO DE LEITE	CHÁ DE ERVA DOCE SEM AÇÚCAR/ Flocos de arroz 10g	CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR/ Flocos de milho sem açúcar 20g	
Jantar		MACARRÃO AO SUGO	MACARRÃO AO SUGO	MACARRÃO AO SUGO	MACARRÃO AO SUGO	MACARRÃO AO SUGO	