



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
Almoço					PÃO INTEGRAL
					Arroz 95g e feijão preto 100g
					PEITO DE FRANGO À MILANESA
					MACARRÃO ALHO E ÓLEO
Lanche					Salada de repolho com tomate 30g
					BANANA
Jantar					CHÁ DE ERVA DOCE SEM AÇÚCAR/ Flocos de milho sem açúcar 20g
					MACARRÃO AO SUGO
	SEGUNDA 04/12	TERÇA 05/12	QUARTA 06/12	QUINTA 07/12	SEXTA 08/12
Desjejum	CHÁ DE ERVA DOCE SEM AÇÚCAR	Suco de maçã 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
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
	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
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
	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
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
	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