



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

CARDÁPIO MATERNAL II E PRÉ SINGULAR D
SELETIVIDADE ALIMENTAR 98 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 95g e feijão preto 100g
					CARNE MOÍDA SEM TOMATE
Lanche					PURÊ DE BATATA
					Salada de repolho com tomate 30g
Jantar					Melancia
					SUCO DE MAÇÃ / Flocos de milho sem açúcar 20g
					ARROZ CARRETEIRO
	SEGUNDA 04/12	TERÇA 05/12	QUARTA 06/12	QUINTA 07/12	SEXTA 08/12
Desjejum	Leite 190ml	Suco de maçã 200ml	LEITE 190ML	Leite 190ml	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 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
	CARNE MOÍDA SEM TOMATE	PEITO DE FRANGO À MILANESA	CARNE MOÍDA SEM TOMATE	PEITO DE FRANGO À MILANESA	CARNE MOÍDA SEM TOMATE
	PURÊ DE BATATA	PURÊ DE BATATA	PURÊ DE BATATA	PURÊ DE BATATA	PURÊ DE BATATA
	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	Melão	Maçã	Pudim de uva	Mamão	Laranja
	SUCO DE UVA / BISCOITO CREAM CRAKER	logurte de morango 120ml / Flocos de milho sem açúcar 20g	Manga/ Flocos de arroz 10g/ SUCO DE MAÇÃ	Banana/ Aveia em flocos finos 20g/ SUCO DE UVA	SUCO DE MAÇÃ/ Flocos de milho sem açúcar 20g
Jantar	ARROZ CARRETEIRO	ARROZ CARRETEIRO	Suco de maçã 200ml/ BISCOITO CREAM CRAKER	ARROZ CARRETEIRO	ARROZ CARRETEIRO
	SEGUNDA 11/12	TERÇA 12/12	QUARTA 13/12	QUINTA 14/12	SEXTA 15/12
Desjejum	Leite 190ml	LEITE 190ML	Suco de laranja 200ml	LEITE 190ML	Leite 190ml
	PÃO FRANCÊS COM QUEIJO	PÃO FRANCÊS COM QUEIJO	PÃO FRANCÊS COM QUEIJO	PÃO FRANCÊS COM QUEIJO	PÃO FRANCÊS COM QUEIJO
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
	CARNE MOÍDA SEM TOMATE	PEITO DE FRANGO À MILANESA	CARNE MOÍDA SEM TOMATE	CARNE MOÍDA SEM TOMATE	PEITO DE FRANGO À MILANESA
	PURÊ DE BATATA	PURÊ DE BATATA	PURÊ DE BATATA	PURÊ DE BATATA	PURÊ DE BATATA
	Salada de tomate 40g	Salada de repolho 23g	Salada de alface 25g	Salada de acelga 20g	Salada de pepino 35g
Lanche	Melão	Mamão	Pêssego	Maçã	Manga
	SUCO DE MAÇÃ/ Flocos de milho sem açúcar 20g	Banana / Aveia em flocos finos 20g/ SUCO DE UVA	Leite 190ml / BISCOITO CREAM CRAKER	Crema de morango 100g/ Flocos de arroz 10g	Suco de uva 200ml/ BISCOITO CREAM CRAKER
Jantar	Arroz carreteiro 180g	ARROZ CARRETEIRO	ARROZ CARRETEIRO	ARROZ CARRETEIRO	ARROZ CARRETEIRO
	SEGUNDA 18/12	TERÇA 19/12	QUARTA 20/12	QUINTA 21/12	SEXTA 22/12
Desjejum	LEITE 190ML	Suco de uva 200ml	Leite 190ml	Suco de laranja 200ml	Leite 190ml
	PÃO FRANCÊS COM QUEIJO	PÃO FRANCÊS COM QUEIJO	PÃO FRANCÊS COM QUEIJO	PÃO FRANCÊS COM QUEIJO	PÃO FRANCÊS COM QUEIJO
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
	CARNE MOÍDA SEM TOMATE	PEITO DE FRANGO À MILANESA	CARNE MOÍDA SEM TOMATE	PEITO DE FRANGO À MILANESA	CARNE MOÍDA SEM TOMATE
	PURÊ DE BATATA	PURÊ DE BATATA	PURÊ DE BATATA	PURÊ DE BATATA	PURÊ DE BATATA
	Salada de pepino 35g	Salada de beterraba 35g	Salada de alface 25g	Salada de tomate 40g	Salada de brócolis 30g
Lanche	Laranja	Banana	Pudim de laranja	Pêssego	Maçã
	Suco de uva 200ml/ BISCOITO CREAM CRAKER	Mamão / Aveia em flocos finos 20g/ SUCO DE MAÇÃ	Suco de maçã 200ml/BISCOITO CREAM CRAKER	logurte de morango 120ml/ Flocos de arroz 10g	SUCO DE MAÇÃ/ Flocos de milho sem açúcar 20g
Jantar	ARROZ CARRETEIRO	Arroz carreteiro 180g	ARROZ CARRETEIRO	ARROZ CARRETEIRO	ARROZ CARRETEIRO