



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 E
 SELETIVIDADE ALIMENTAR 105 DEZEMBRO
 2023**

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

Desjejum					SEXTA 01/12
					Suco de laranja 200ml
					PÃO INTEGRAL
					Arroz 95g e feijão preto 100g
					ISCAS DE FRANGO GRELHADAS
Almoço					MACARRÃO ALHO E ÓLEO
					Salada de repolho com tomate 30g
					MANGA
					LEITE/ Flocos de milho sem açúcar 20g
					ARROZ E FEIJÃO
Jantar					
	SEGUNDA 04/12	TERÇA 05/12	QUARTA 06/12	QUINTA 07/12	SEXTA 08/12
Desjejum	Leite 190ml	Suco de maçã 200ml	LEITE	Leite 190ml	Suco de uva 200ml
	PÃO DE LEITE	PÃO DE FORMA	PÃO INTEGRAL	PÃO DE LEITE	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 A MILANESA	ISCAS DE FRANGO GRELHADAS	PEITO DE FRANGO A MILANESA	ISCAS DE FRANGO GRELHADAS	PEITO DE FRANGO A 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 vagem com cenoura 30g	Salada de alface	Salada de brócolis com couve-flor 20g	Salada de repolho verde com repolho roxo 30g
Lanche	Maçã	BANANA	MANGA	MAÇÃ	BANANA
	Suco de laranja 200 ml /Muffin de maçã com uva passa 60g	MANGA / Aveia em flocos finos 20g	logurte de morango 120ml / Flocos de milho sem açúcar 20g	Manga / Flocos de arroz 10g	Banana/ Aveia em flocos finos 20g
Jantar	ARROZ E FEIJÃO	ARROZ E FEIJÃO	ARROZ E FEIJÃO	ARROZ E FEIJÃO	ARROZ E FEIJÃO
	SEGUNDA 11/12	TERÇA 12/12	QUARTA 13/12	QUINTA 14/12	SEXTA 15/12
Desjejum	Leite 190ml	LEITE	Suco de laranja 200ml	LEITE	Leite 190ml
	PÃO DE FORMA	PÃO DE LEITE	PÃO INTEGRAL	PÃO DE LEITE	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 A MILANESA	ISCAS DE FRANGO GRELHADAS	PEITO DE FRANGO A MILANESA	ISCAS DE FRANGO GRELHADAS	PEITO DE FRANGO A 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 pepino 35g	Salada de acelga 20g	Salada de alface 25g	Salada de repolho 23g
Lanche	Maçã	BANANA	Manga	MAÇÃ	BANANA
	LEITE / Flocos de milho sem açúcar 20g	Suco de uva 200ml/ Bolo de banana com aveia 60g	Banana / Aveia em flocos finos 20g	Leite 190ml / PÃO DE LEITE	LEITE/ Flocos de arroz 10g
Jantar	ARROZ E FEIJÃO	ARROZ E FEIJÃO	ARROZ E FEIJÃO	ARROZ E FEIJÃO	ARROZ E FEIJÃO
	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 laranja 200ml	Leite 190ml
	PÃO DE LEITE	PÃO INTEGRAL	PÃO DE LEITE	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
	ISCAS DE FRANGO GRELHADAS	PEITO DE FRANGO A MILANESA	ISCAS DE FRANGO GRELHADAS	PEITO DE FRANGO A MILANESA	ISCAS DE FRANGO GRELHADAS
	MACARRÃO ALHO E ÓLEO	MACARRÃO ALHO E ÓLEO	MACARRÃO ALHO E ÓLEO	MACARRÃO ALHO E ÓLEO	MACARRÃO ALHO E ÓLEO
	Salada de pepino 35g	Salada de tomate 40g	Salada de alface 25g	Salada de beterraba 35g	Salada de brócolis 30g
Lanche	MANGA	MAÇÃ	Banana	MANGA	Maçã
	Suco de uva 200ml/ Bolo de coco 50g	Suco de maçã 200ml/ PÃO DE LEITE	MAÇÃ Aveia em flocos finos 20g	logurte de morango 120ml/ Flocos de arroz 10g	LEITE / Flocos de milho sem açúcar 20g
Jantar	ARROZ E FEIJÃO	ARROZ E FEIJÃO	ARROZ E FEIJÃO	ARROZ E FEIJÃO	ARROZ E FEIJÃO