



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 114 DEZEMBRO
2023**

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

Desjejum					SEXTA 01/12
					LEITE
					BISCOITO CREAM CRAKER
Almoço					Arroz 95g e feijão preto 100g
					Carne moída com molho 50g
					Purê de batata 60g
					Salada de repolho com tomate 30g
					Laranja
Lanche					LEITE/ Flocos de milho sem açúcar 20g
Jantar					ARROZ + ISCAS DE FRANGO
	SEGUNDA 04/12	TERÇA 05/12	QUARTA 06/12	QUINTA 07/12	SEXTA 08/12
Desjejum	Leite 190ml	LEITE	LEITE	Leite 190ml	LEITE
	BISCOITO CREAM CRAKER	BISCOITO CREAM CRAKER	BISCOITO CREAM CRAKER	BISCOITO CREAM CRAKER	BISCOITO CREAM CRAKER
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 com tomate e cheiro verde 50g	Strogonoff de frango 70g	Barreado 70g	Frango à camponesa 70g	Posta assada com molho (50g de carne e 20g de molho)
	Cenoura refogada 50g	Batata doce refogada 50g	Farofa de banana 20g	Farofa de couve 20g	Creme de aipim 70g
	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	LARANJA	MAÇÃ	Laranja	MAÇÃ
	LEITE /BISCOITO CREAM CRAKER	MAÇÃo / Aveia em flocos finos 20g	logurte de morango 120ml / Flocos de milho sem açúcar 20g	LARANJA / Flocos de arroz 10g	MAÇÃ/ Aveia em flocos finos 20g
Jantar	ARROZ + ISCAS DE FRANGO	ARROZ + ISCAS DE FRANGO	ARROZ + ISCAS DE FRANGO	ARROZ + ISCAS DE FRANGO	ARROZ + ISCAS DE FRANGO
	SEGUNDA 11/12	TERÇA 12/12	QUARTA 13/12	QUINTA 14/12	SEXTA 15/12
Desjejum	Leite 190ml	LEITE	LEITE	LEITE	Leite 190ml
	BISCOITO CREAM CRAKER	BISCOITO CREAM CRAKER	BISCOITO CREAM CRAKER	BISCOITO CREAM CRAKER	BISCOITO CREAM CRAKER
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
	Picadinho de carne 70g	Isclas de frango com tomate 60g	Carne moída à camponesa (50g de carne e 20g de molho)	Bife de panela (60g de carne e 10g de molho)	Frango assado 50g
	Purê de batata 60g	Cenoura refogada 50g	Polenta - almoço 100g	Beterraba cozida 50g	Quirera - almoço 60g
	Salada de tomate 40g	Salada de pepino 35g	Salada de acelga 20g	Salada de alface 25g	Salada de repolho 23g
	Maçã	LARANJA	MAÇÃ	LARANJA	MAÇÃ
Lanche	LEITE / Flocos de milho sem açúcar 20g	LEITE /BISCOITO CREAM CRAKER	LARANJA / Aveia em flocos finos 20g	Leite 190ml / BISCOITO CREAM CRAKER	LEITE/ Flocos de arroz 10g
Jantar	ARROZ + ISCAS DE FRANGO	ARROZ + ISCAS DE FRANGO	ARROZ + ISCAS DE FRANGO	ARROZ + ISCAS DE FRANGO	ARROZ + ISCAS DE FRANGO
	SEGUNDA 18/12	TERÇA 19/12	QUARTA 20/12	QUINTA 21/12	SEXTA 22/12
Desjejum	LEITE	LEITE	Leite 190ml	LEITE	Leite 190ml
	BISCOITO CREAM CRAKER	BISCOITO CREAM CRAKER	BISCOITO CREAM CRAKER	BISCOITO CREAM CRAKER	BISCOITO CREAM CRAKER
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
	Strogonoff de carne 70g	Frango ensopado 70g	Isclas de carne à brasileira 60g	Frango napolitano 70g	Carne moída com molho 50g
	Cenoura com brócolis refogados 50g	Farofa de couve 20g	Macarrão ao alho e óleo 65g	Legumes refogados 40g	Purê de batata 60g
	Salada de pepino 35g	Salada de tomate 40g	Salada de alface 25g	Salada de beterraba 35g	Salada de brócolis 30g
	Laranja	MAÇÃ	LARANJA	MAÇÃ	Maçã
Lanche	LEITE / BISCOITO CREAM CRAKER	LEITE/ BISCOITO CREAM CRAKER	MAÇÃ / Aveia em flocos finos 20g	logurte de morango 120ml/ Flocos de arroz 10g	LEITE / Flocos de milho sem açúcar 20g
Jantar	ARROZ + ISCAS DE FRANGO	ARROZ + ISCAS DE FRANGO	ARROZ + ISCAS DE FRANGO	ARROZ + ISCAS DE FRANGO	ARROZ + ISCAS DE FRANGO