



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

**CARDÁPIO MATERNAL II E PRÉ SINGULAR E
 SELETIVIDADE ALIMENTAR 118 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 UVA 200ml
Almoço					PÃO FRANCÊS com queijo 20g
					Arroz 95g e feijão preto 100g
					ISCAS DE CARNE
					Purê de batata 60g
Lanche					Salada de repolho com tomate 30g
					Laranja
Jantar					VITAMINA DE BANANA SEM LACTOSE/ Flocos de milho sem açúcar 20g
					ARROZ E FEIJÃO PRETO
	SEGUNDA 04/12	TERÇA 05/12	QUARTA 06/12	QUINTA 07/12	SEXTA 08/12
Desjejum	LEITE SEM LACTOSE	SUCO DE UVA 200ml	LEITE SEM LACTOSE	LEITE SEM LACTOSE	Suco de uva 200ml
	PÃO FRANCÊS com manteiga 8g	PÃO FRANCÊS com queijo 20g	PÃO FRANCÊS com queijo 20g	Bolo de fubá 60g	PÃO FRANCÊS com manteiga 8g
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	ISCAS DE FRANGO	ISCAS DE CARNE	ISCAS DE FRANGO	CARNE MOÍDA SEM TOMATE
	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
	Maçã	Manga	Melão	Laranja	Pudim de laranja
Lanche	SUCO DE UVA 200 ml /PÃO FRANCÊS	Mamão / Aveia em flocos finos 20g + LEITE SEM LACTOSE	IOGURTE SEM LACTOSE 120ml / Flocos de milho sem açúcar 20g	Manga / Flocos de arroz 10g + LEITE SEM LACTOSE	Banana/ Aveia em flocos finos 20g + LEITE SEM LACTOSE
Jantar	ARROZ E FEIJÃO PRETO	ARROZ E FEIJÃO CARIOCA	SUCO DE UVA 200ml/ PÃO FRANCÊS com iscas de frango 35g	ARROZ E FEIJÃO CARIOCA	ARROZ E FEIJÃO PRETO



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

**CARDÁPIO MATERNAL II E PRÉ SINGULAR E
 SELETIVIDADE ALIMENTAR 118 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

	SEGUNDA 11/12	TERÇA 12/12	QUARTA 13/12	QUINTA 14/12	SEXTA 15/12
Desjejum	LEITE SEM LACTOSE	LEITE SEM LACTOSE	SUCO DE UVA 200ml	Vitamina de banana 180ml	LEITE SEM LACTOSE
	PÃO FRANCÊS com manteiga 8g	PÃO FRANCÊS com queijo 20g	PÃO FRANCÊS com manteiga 8g	PÃO FRANCÊS	PÃO FRANCÊS com queijo 20g
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	ISCAS DE FRANGO	ISCAS DE CARNE	CARNE MOÍDA SEM TOMATE	ISCAS DE FRANGO
	Purê de batata 60g	Cenoura refogada 50g	Polenta - almoço 100g	CHUCHU REFOGADA	Quirera - almoço 60g
	Salada de tomate 40g	Salada de pepino 35g	Salada de acelga 20g	Salada de alface 25g	Salada de repolho 23g
	Maçã	Melão	Manga	Mamão	Pêssego
Lanche	LEITE SEM LACTOSE/ Flocos de milho sem açúcar 20g	Suco de uva 200ml/ PÃO FRANCÊS	Banana / Aveia em flocos finos 20g + LEITE SEM LACTOSE	LEITE SEM LACTOSE / PÃO FRANCÊS	VITAMINA DE BANANA SEM LACTOSE/ Flocos de arroz 10g
Jantar	ARROZ E FEIJÃO PRETO	ARROZ E FEIJÃO CARIOCA	ARROZ E FEIJÃO PRETO	ARROZ E FEIJÃO CARIOCA	ARROZ E FEIJÃO PRETO
	SEGUNDA 18/12	TERÇA 19/12	QUARTA 20/12	QUINTA 21/12	SEXTA 22/12
Desjejum	Vitamina de banana 180ml	Suco de uva 200ml	LEITE SEM LACTOSE	SUCO DE UVA 200ml	LEITE SEM LACTOSE
	PÃO FRANCÊS com queijo 20g	PÃO FRANCÊS com manteiga 8g	PÃO FRANCÊS	PÃO FRANCÊS com queijo 20g	PÃO FRANCÊS com manteiga 8g
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 CARNE	ISCAS DE FRANGO	ISCAS DE CARNE	ISCAS DE FRANGO	CARNE MOÍDA SEM TOMATE
	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 TOMATE	Salada de brócolis 30g
	Laranja	Pêssego	Banana	Pudim de uva	Maçã
Lanche	Suco de uva 200ml/ PÃO FRANCÊS	SUCO DE UVA 200ml/ PÃO FRANCÊS com carne moída	Mamão / Aveia em flocos finos 20g + LEITE SEM LACTOSE	IOGURTE SEM LACTOSE 120ml/ Flocos de arroz 10g	LEITE SEM LACTOSE/ Flocos de milho sem açúcar 20g
Jantar	ARROZ E FEIJÃO PRETO	ARROZ E FEIJÃO CARIOCA	ARROZ E FEIJÃO PRETO	ARROZ E FEIJÃO CARIOCA	ARROZ E FEIJÃO PRETO