



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

**CARDÁPIO MATERNAL II E PRÉ SINGULAR E
 SELETIVIDADE ALIMENTAR 74 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 integral com queijo 20g	
					ARROZ	
					ISCAS DE CARNE	
					BATATA SALSAS REFOGADA	
					SALADA DE TOMATE	
Lanche					MAÇÃ	
Jantar					Vitamina de banana 180 ml/ Flocos de milho sem açúcar 20g	
					MACARRÃO COM CARNE MOÍDA	
		SEGUNDA 04/12	TERÇA 05/12	QUARTA 06/12	QUINTA 07/12	SEXTA 08/12
Desjejum	Leite 190ml		Suco de maçã 200ml		Vitamina de morango 180ml	
	Pão de leite com manteiga 8g		Pão de forma com queijo 20g		Pão integral com queijo 20g	
Almoço	ARROZ		ARROZ		ARROZ	
	ISCAS DE CARNE		ISCAS DE FRANGO GRELHADAS		ISCAS DE CARNE	
	Cenoura refoogada 50g		BRÓCOLIS REFOGADO		CENOURA REFOGADA	
	SALADA DE TOMATE		SALADA DE CENOURA		SALADA DE BRÓCOLIS	
Lanche	Maçã		BANANA		Melão	
Jantar	Suco de laranja 200 ml /Muffin de maçã com uva passa 60g		MAÇÃ/FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR		logurte de morango 120ml / Flocos de milho sem açúcar 20g	
	MACARRÃO COM CARNE MOÍDA		MACARRÃO COM CARNE MOÍDA		MACARRÃO COM CARNE MOÍDA	
	MACARRÃO COM CARNE MOÍDA		MACARRÃO COM CARNE MOÍDA		MACARRÃO COM CARNE MOÍDA	
		SEGUNDA 11/12	TERÇA 12/12	QUARTA 13/12	QUINTA 14/12	SEXTA 15/12
Desjejum	Leite 190ml		Vitamina de manga 180ml		Suco de laranja 200ml	
	Pão de forma com manteiga 8g		Pão de leite com queijo 20g		Pão integral com manteiga 8g	
Almoço	ARROZ		ARROZ		ARROZ	
	ISCAS DE CARNE		ISCAS DE FRANGO GRELHADAS		ISCAS DE CARNE	
	MACARRÃO AO SUGO		Cenoura refoogada 50g		MACARRÃO AO SUGO	
	Salada de tomate 40g		SALADA DE CENOURA		SALADA DE BRÓCOLIS	
Lanche	BANANA		Melão		BANANA	
Jantar	Batida de maçã 190ml/ Flocos de milho sem açúcar 20g		Suco de uva 200ml/ Bolo de banana com aveia 60g		MAÇÃ/FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR	
	Leite 190ml / Sanduíche napolitano		Creme de morango 100g/ Flocos de arroz 10g		MACARRÃO COM CARNE MOÍDA	
	MACARRÃO COM CARNE MOÍDA		MACARRÃO COM CARNE MOÍDA		MACARRÃO COM CARNE MOÍDA	
	MACARRÃO COM CARNE MOÍDA		MACARRÃO COM CARNE MOÍDA		MACARRÃO COM CARNE MOÍDA	
		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 190ml	
	Pão de leite com queijo 20g		Pão integral com manteiga 8g		Muffin de maçã com uva passa 60g	
Almoço	ARROZ		ARROZ		ARROZ	
	ISCAS DE CARNE		ISCAS DE FRANGO GRELHADAS		ISCAS DE CARNE	
	BRÓCOLIS REFOGADO		BATATA SALSAS REFOGADA		Macarrão ao alho e óleo 65g	
	SALADA DE CENOURA		Salada de tomate 40g		SALADA DE CENOURA	
Lanche	BANANA		MELÃO		Banana	
Jantar	Suco de uva 200ml/ Bolo de coco 50g		Suco de maçã 200ml/ Pão de leite com carne moída		MAÇÃ/FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR	
	logurte de morango 120ml/ Flocos de arroz 10g		Vitamina de manga 180ml/ Flocos de milho sem açúcar 20g		MACARRÃO COM CARNE MOÍDA	
	MACARRÃO COM CARNE MOÍDA		MACARRÃO COM CARNE MOÍDA		MACARRÃO COM CARNE MOÍDA	
	MACARRÃO COM CARNE MOÍDA		MACARRÃO COM CARNE MOÍDA		MACARRÃO COM CARNE MOÍDA	