



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

**CARDÁPIO MATERNAL II E PRÉ SINGULAR E
 SELETIVIDADE ALIMENTAR 93 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
					PÃO FRANCÊS
Almoço					Arroz 95g e feijão preto 100g
					PEITO DE FRANGO À MILANESA
					MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO
					Salada de repolho com tomate 30g
					Laranja
Lanche					Vitamina de banana 180 ml/ Flocos de milho sem açúcar 20g
Jantar					Polenta com molho de frango 200g
	SEGUNDA 04/12	TERÇA 05/12	QUARTA 06/12	QUINTA 07/12	SEXTA 08/12
Desjejum	SUCO DE UVA	Suco de maçã 200ml	SUCO DE LARANJA	SUCO DE MAÇÃ	Suco de uva 200ml
	PÃO FRANCÊS	PÃO FRANCÊS	PÃO FRANCÊS	PÃO FRANCÊS	PÃO FRANCÊS
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 À MILANESA	PEITO DE FRANGO À MILANESA	PEITO DE FRANGO À MILANESA	PEITO DE FRANGO À MILANESA	PEITO DE FRANGO À MILANESA
	MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO	MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO	MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO	MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO	MACARRÃO AO 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
	Maçã	Manga	Melão	Laranja	Pudim de laranja
Lanche	Suco de laranja 200 ml /PÃO FRANCÊS	Mamão / Aveia em flocos finos 20g	VITAMINA DE MORANGO 180ML / Flocos de milho sem açúcar 20g	Manga / Flocos de arroz 10g	Banana/ Aveia em flocos finos 20g
Jantar	Risoto de frango - jantar 200g	Sopa camponesa 180g	Suco de maçã 200ml/ PÃO FRANCÊS	Quirera ao molho de frango - jantar 200g	Sopa de feijão com macarrão 180g
	SEGUNDA 11/12	TERÇA 12/12	QUARTA 13/12	QUINTA 14/12	SEXTA 15/12
Desjejum	SUCO DE UVA	SUCO DE MAÇÃ	Suco de laranja 200ml	SUCO DE MAÇÃ	SUCO DE UVA
	PÃO FRANCÊS	PÃO FRANCÊS	PÃO FRANCÊS	PÃO FRANCÊS	PÃO FRANCÊS
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 À MILANESA	PEITO DE FRANGO À MILANESA	PEITO DE FRANGO À MILANESA	PEITO DE FRANGO À MILANESA	PEITO DE FRANGO À MILANESA
	MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO	MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO	MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO	MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO	MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO
	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	Batida de maçã 190ml/ Flocos de milho sem açúcar 20g	Suco de uva 200ml/ PÃO FRANCÊS	Banana / Aveia em flocos finos 20g	Leite 190ml / PÃO FRANCÊS	Creme de morango 100g/ Flocos de arroz 10g
Jantar	Arroz carreteiro 180g	Polenta à bolonhesa- jantar 200g	Canja 200g	Sopa camponesa 180g	Cozido de aipim 170g



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

**CARDÁPIO MATERNAL II E PRÉ SINGULAR E
 SELETIVIDADE ALIMENTAR 93 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 18/12	TERÇA 19/12	QUARTA 20/12	QUINTA 21/12	SEXTA 22/12
Desjejum	SUCO DE MAÇÃ PÃO FRANCÊS	Suco de uva 200ml PÃO FRANCÊS	SUCO DE MAÇÃ PÃO FRANCÊS	Suco de laranja 200ml PÃO FRANCÊS	SUCO DE UVA PÃO FRANCÊS
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 À MILANESA	PEITO DE FRANGO À MILANESA	PEITO DE FRANGO À MILANESA	PEITO DE FRANGO À MILANESA	PEITO DE FRANGO À MILANESA
	MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO	MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO	MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO	MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO	MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO
	Salada de pepino 35g	Salada de tomate 40g	Salada de alface 25g	Salada de beterraba 35g	Salada de brócolis 30g
	Laranja	Pêssego	Banana	Pudim de uva	Maçã
Lanche	Suco de uva 200ml/ PÃO FRANCÊS	Suco de maçã 200ml/ PÃO FRANCÊS	Mamão / Aveia em flocos finos 20g	VITAMINA DE MORANGO 180ML/ Flocos de arroz 10g	Vitamina de manga 180ml/ Flocos de milho sem açúcar 20g
Jantar	Quirera ao molho de frango - jantar 200g	Arroz carreteiro 180g	Polenta com molho de frango 200g	Sopa cabocla 180g	Canja 200g