



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 SEM TOMATE E CORANTES DEZEMBRO 2023**

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

					<b>SEXTA 01/12</b>	
<b>Desjejum</b>					Suco de laranja 200ml	
<b>Almoço</b>					Pão integral com queijo 20g	
					Arroz 95g e feijão preto 100g	
					CARNE MOÍDA SEM TOMATE	
					Purê de batata 60g	
					SALADA DE REPOLHO	
<b>Lanche</b>					Laranja	
<b>Jantar</b>					Vitamina de banana 180 ml/ Flocos de milho sem açúcar 20g	
					POLENTA À BOLONHESA SEM CORANTE E TOMATE	
<b>SEGUNDA 04/12</b>		<b>TERÇA 05/12</b>	<b>QUARTA 06/12</b>	<b>QUINTA 07/12</b>	<b>SEXTA 08/12</b>	
<b>Desjejum</b>	Leite 190ml		Suco de maçã 200ml	Vitamina de morango 180ml	Leite 190ml	
	Pão de leite com manteiga 8g		Pão de forma com queijo 20g	Pão integral com queijo 20g	Bolo de fubá 60g	Pão de forma com manteiga 8g
<b>Almoço</b>	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 GRELHADAS	ISCAS DE CARNE	FRANGO ENSOPADO SEM TOMATE	BIFE DE PANELA SEM TOMATE
	Cenoura refogada 50g		Batata doce refogada 50g	Farofa de banana 20g	Farofa de couve 20g	Creme de aipim 70g
	SALADA DE PEPINO		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
<b>Lanche</b>	Suco de laranja 200 ml /Muffin de maçã com uva passa 60g		Mamão / Aveia em flocos finos 20g	IOGURTE DE COCO / Flocos de milho sem açúcar 20g	Manga / Flocos de arroz 10g	Banana/ Aveia em flocos finos 20g
<b>Jantar</b>	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES		Sopa camponesa 180g	Suco de maçã 200ml/ PÃO DE LEITE COM ISCAS DE FRANGO	POLENTA À BOLONHESA SEM CORANTE E TOMATE	Sopa de feijão com macarrão 180g
<b>SEGUNDA 11/12</b>		<b>TERÇA 12/12</b>	<b>QUARTA 13/12</b>	<b>QUINTA 14/12</b>	<b>SEXTA 15/12</b>	
<b>Desjejum</b>	Leite 190ml		Vitamina de manga 180ml	Suco de laranja 200ml	Vitamina de banana 180ml	Leite 190ml
	Pão de forma com manteiga 8g		Pão de leite com queijo 20g	Pão integral com manteiga 8g	Muffin de maçã com uva passa 60g	Pão de forma com queijo 20g
<b>Almoço</b>	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 GRELHADAS	CARNE MOÍDA SEM TOMATE	BIFE DE PANELA SEM TOMATE	Frango assado 50g
	Purê de batata 60g		Cenoura refogada 50g	Polenta - almoço 100g	Beterraba cozida 50g	Quirera - almoço 60g
	SALADA DE BETERRABA		Salada de pepino 35g	Salada de acelga 20g	Salada de alface 25g	Salada de repolho 23g
	Maçã		Melão	Manga	Mamão	Pêssego
<b>Lanche</b>	Batida de maçã 190ml/ 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 INTEGRAL COM QUEIJO	Creme de morango 100g/ Flocos de arroz 10g
<b>Jantar</b>	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES		POLENTA À BOLONHESA SEM CORANTE E TOMATE	Canja 200g	Sopa camponesa 180g	SOPA DE AIPIM COM CARNE
<b>SEGUNDA 18/12</b>		<b>TERÇA 19/12</b>	<b>QUARTA 20/12</b>	<b>QUINTA 21/12</b>	<b>SEXTA 22/12</b>	
<b>Desjejum</b>	Vitamina de banana 180ml		Suco de uva 200ml	Leite 190ml	Suco de laranja 200ml	Leite 190ml
	Pão de leite com queijo 20g		Pão integral com manteiga 8g	Muffin de maçã com uva passa 60g	Pão de forma com queijo 20g	Pão de leite com manteiga 8g
<b>Almoço</b>	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		FRANGO ENSOPADO SEM TOMATE	ISCAS DE CARNE	ISCAS DE CARNE GRELHADAS	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 BETERRABA	Salada de alface 25g	Salada de beterraba 35g	Salada de brócolis 30g
	Laranja		Pêssego	Banana	Pudim de uva	Maçã
<b>Lanche</b>	Suco de uva 200ml/ Bolo de coco 50g		Suco de maçã 200ml/ Pão de leite com carne moída	Mamão / Aveia em flocos finos 20g	IOGURTE DE COCO / Flocos de arroz 10g	Vitamina de manga 180ml/ Flocos de milho sem açúcar 20g
<b>Jantar</b>	POLENTA À BOLONHESA SEM CORANTE E TOMATE		RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES	POLENTA À BOLONHESA SEM CORANTE E TOMATE	Sopa cabocla 180g	Canja 200g