



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 148 DEZEMBRO
 2023**

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 FRANCÊS
					Arroz 95g e feijão preto 100g
					Carne moída com molho 50g
					Purê de batata 60g
					Salada de repolho com tomate 30g
Lanche					BANANA
					SUCO DE UVA/ 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	Leite 190ml	Suco de maçã 200ml	Vitamina de morango 180ml	Leite 190ml	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 PRETO 100g	Arroz 95g e feijão preto 100g	Arroz 95g e FEIJÃO PRETO 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)
	POLENTA	PURÊ DE BATATA	QUIRERA	POLENTA	PURÊ DE BATATA
	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	BANANA	BANANA	BANANA	BANANA	BANANA
	Suco de laranja 200 ml /PÃO FRANCÊS	BANANA / FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR	Iogurte de morango 120ml / Flocos de milho sem açúcar 20g	BANANA / FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR	Banana/ FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR
Jantar	Risoto de frango - jantar 200g	Sopa camponesa 180g	Suco de maçã 200ml/ Pão de leite com iscas de frango 35g	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	Leite 190ml	Vitamina de manga 180ml	Suco de laranja 200ml	Vitamina de banana 180ml	Leite 190ml
	PÃO FRANCÊS	PÃO FRANCÊS	PÃO FRANCÊS	PÃO FRANCÊS	PÃO FRANCÊS
Almoço	Arroz 95g e feijão preto 100g	Arroz 95g e FEIJÃO PRETO 100g	Arroz 95g e feijão preto 100g	Arroz 95g e FEIJÃO PRETO 100g	Arroz 95g e feijão preto 100g
	Picadinho de carne 70g	Iscas 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	QUIRERA	Polenta - almoço 100g	PURÊ DE BATATA	Quirera - almoço 60g
	Salada de tomate 40g	Salada de pepino 35g	Salada de acelga 20g	Salada de alface 25g	Salada de repolho 23g
	BANANA	BANANA	BANANA	BANANA	BANANA
Lanche	SUCO DE MAÇÃ/ Flocos de milho sem açúcar 20g	Suco de uva 200ml/ PÃO FRANCÊS	Banana / FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR	SUCO DE UVA / PÃO FRANCÊS	Creme de morango 100g/ FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR
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

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 148 DEZEMBRO
2023**

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	Vitamina de banana 180ml PÃO FRANCÊS	Suco de uva 200ml PÃO FRANCÊS	Leite 190ml PÃO FRANCÊS	Suco de laranja 200ml PÃO FRANCÊS	Leite 190ml PÃO FRANCÊS
Almoço	Arroz 95g e feijão preto 100g Strogonoff de carne 70g POLENTA Salada de pepino 35g BANANA	Arroz 95g e FEIJÃO PRETO 100g Frango ensopado 70g PURÊ DE BATATA Salada de tomate 40g BANANA	Arroz 95g e feijão preto 100g Isclas de carne à brasileira 60g QUIRERA Salada de alface 25g Banana	Arroz 95g e FEIJÃO PRETO 100g Frango napolitano 70g POLENTA Salada de beterraba 35g BANANA	Arroz 95g e feijão preto 100g Carne moída com molho 50g Purê de batata 60g Salada de brócolis 30g BANANA
Lanche	Suco de uva 200ml/ PÃO FRANCÊS	Suco de maçã 200ml/ PÃO FRANCÊS	BANANA / FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR	Iogurte de morango 120ml/ FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR	SUCO DE LARANJA/ 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