



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

**CARDÁPIO MATERNAL II E PRÉ SINGULAR G**  
**SELETIVIDADE ALIMENTAR 38 DEZEMBRO**  
 2023

Nadia R. dos Santos Sato  
*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 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 FRANCÊS					
					Arroz 95g e feijão preto 100g					
					OVOS MEXIDOS					
					POLENTA					
<b>Lanche</b>					Salada de repolho com tomate 30g					
					BANANA					
<b>Jantar</b>					Vitamina de banana 180 ml/ Flocos de milho sem açúcar 20g					
					POLENTA					
<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		Suco de uva 200ml	
	PÃO FRANCÊS		PÃO DE LEITE		PÃO FRANCÊS		PÃO DE LEITE		PÃO FRANCÊS	
<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	
	OVOS MEXIDOS		OVOS MEXIDOS		OVOS MEXIDOS		OVOS MEXIDOS		OVOS MEXIDOS	
	POLENTA		POLENTA		POLENTA		POLENTA		POLENTA	
	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	
<b>Lanche</b>	BANANA		BANANA		BANANA		BANANA		BANANA	
	Suco de laranja 200 ml /Muffin de maçã com uva passa 60g		BANANA / Aveia em flocos finos 20g		Iogurte de morango 120ml / Flocos de milho sem açúcar 20g		BANANA /FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR		Banana/ Aveia em flocos finos 20g	
<b>Jantar</b>	POLENTA		POLENTA		POLENTA		POLENTA		POLENTA	
<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 FRANCÊS		PÃO DE LEITE		PÃO FRANCÊS		PÃO DE LEITE		PÃO FRANCÊS	
<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	
	OVOS MEXIDOS		OVOS MEXIDOS		OVOS MEXIDOS		OVOS MEXIDOS		OVOS MEXIDOS	
	POLENTA		POLENTA		POLENTA		POLENTA		POLENTA	
	Salada de tomate 40g		Salada de pepino 35g		Salada de acelga 20g		Salada de alface 25g		Salada de repolho 23g	
<b>Lanche</b>	BANANA		BANANA		BANANA		BANANA		BANANA	
	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 / Sanduíche napolitano		Creme de morango 100g/FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR	
<b>Jantar</b>	POLENTA		POLENTA		POLENTA		POLENTA		POLENTA	
<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		PÃO FRANCÊS		PÃO DE LEITE		PÃO FRANCÊS		PÃO DE LEITE	
<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	
	OVOS MEXIDOS		OVOS MEXIDOS		OVOS MEXIDOS		OVOS MEXIDOS		OVOS MEXIDOS	
	POLENTA		POLENTA		POLENTA		POLENTA		POLENTA	
	Salada de pepino 35g		Salada de tomate 40g		Salada de alface 25g		Salada de beterraba 35g		Salada de brócolis 30g	
<b>Lanche</b>	BANANA		BANANA		BANANA		BANANA		BANANA	
	Suco de uva 200ml/ Bolo de coco 50g		Suco de maçã 200ml/ Pão de leite com carne moída		BANANA / Aveia em flocos finos 20g		Iogurte de morango 120ml/ Flocos de arroz 10g		Vitamina de manga 180ml/ Flocos de milho sem açúcar 20g	
<b>Jantar</b>	POLENTA		POLENTA		POLENTA		POLENTA		POLENTA	