



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 G
SEMANA DE ATIVIDADE ALIMENTAR 5 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 DE FORMA
					Arroz 95g e feijão preto 100g
					CARNE MOÍDA REFOGADA
					Purê de batata 60g
					Salada de repolho com tomate 30g
					BANANA
Lanche					BANANA/ FLOCOS DE MILHO
Jantar					ARROZ E FEIJÃO
	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 DE LEITE	PÃO DE FORMA	PÃO DE LEITE	PÃO DE FORMA	PÃO DE LEITE
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
	CARNE MOÍDA REFOGADA	ISCAS DE FRANGO GRELHADAS	ISCAS DE CARNE	CARNE MOÍDA REFOGADA	ISCAS DE FRANGO GRELHADAS
	Cenoura refogada 50g	Batata doce refogada 50g	Farofa de banana 20g	Farofa de couve 20g	Crema de aipim 70g
	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
	BANANA	BANANA	BANANA	BANANA	BANANA
Lanche	Suco de laranja 200 ml /Muffin de maçã com uva passa 60g	Mamão / Aveia em flocos finos 20g	logurte de morango 120ml / Flocos de milho sem açúcar 20g	BANANA/ FLOCOS DE MILHO	BANANA/ FLOCOS DE MILHO
Jantar	ARROZ E FEIJÃO	ARROZ E FEIJÃO	ARROZ E FEIJÃO	ARROZ E FEIJÃO	ARROZ E FEIJÃO
	SEGUNDA 11/12	TERÇA 12/12	QUARTA 13/12	QUINTA 14/12	SEXTA 15/12
Desjejum	SUCO DE LARANJA	SUCO DE MAÇÃ	Suco de laranja 200ml	SUCO DE UVA	SUCO DE LARANJA
	PÃO DE FORMA	PÃO DE LEITE	PÃO DE FORMA	PÃO DE LEITE	PÃO DE FORMA
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
	ISCAS DE CARNE	ISCAS DE FRANGO GRELHADAS	CARNE MOÍDA REFOGADA	ISCAS DE CARNE	ISCAS DE FRANGO GRELHADAS
	Purê de batata 60g	Cenoura refogada 50g	Polenta - almoço 100g	Beterraba cozida 50g	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	Batida de maçã 190ml/ Flocos de milho sem açúcar 20g	Suco de uva 200ml/ Bolo de banana com aveia 60g	BANANA/ FLOCOS DE MILHO	Leite 190ml / PÃO DE LEITE	BANANA/ FLOCOS DE MILHO
Jantar	ARROZ E FEIJÃO	ARROZ E FEIJÃO	ARROZ E FEIJÃO	ARROZ E FEIJÃO	ARROZ E FEIJÃO
	SEGUNDA 18/12	TERÇA 19/12	QUARTA 20/12	QUINTA 21/12	SEXTA 22/12
Desjejum	SUCO DE LARANJA	Suco de uva 200ml	SUCO DE MAÇÃ	Suco de laranja 200ml	SUCO DE UVA
	PÃO DE LEITE	PÃO DE FORMA	PÃO DE LEITE	PÃO DE FORMA	PÃO DE LEITE
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
	CARNE MOÍDA REFOGADA	ISCAS DE FRANGO GRELHADAS	ISCAS DE CARNE	ISCAS DE FRANGO GRELHADAS	CARNE MOÍDA REFOGADA
	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 tomate 40g	Salada de alface 25g	Salada de beterraba 35g	Salada de brócolis 30g
	BANANA	BANANA	BANANA	BANANA	BANANA
Lanche	Suco de uva 200ml/ Bolo de coco 50g	Suco de maçã 200ml/ PÃO DE LEITE	BANANA/ FLOCOS DE MILHO	logurte de morango 120ml/ Flocos de arroz 10g	Vitamina de manga 180ml/ Flocos de milho sem açúcar 20g
Jantar	ARROZ E FEIJÃO	ARROZ E FEIJÃO	ARROZ E FEIJÃO	ARROZ E FEIJÃO	ARROZ E FEIJÃO