



**CARDÁPIO MATERNAL I E MATERNAL ÚNICO (1 ano e 7 meses - 2anos e 11 meses) - SINGULAR B
MAIO
2023**

Milena Scharadong
Milena Scharadong
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

Maria Rosi Marques Galvão
MARIA ROSI MARQUES GALVÃO
MATRÍCULA 13.4643
NUTRICIONISTA SME
CRN - n.º 30596-DF-R

| | TERÇA 02/05 | QUARTA 03/05 | QUINTA 04/05 | SEXTA 05/05 | |
|-----------------|------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|
| Desjejum | Suco de uva 200ml | Vitamina de banana 190ml | Leite com canela 190ml | Vitamina de goiaba 180ml | |
| | Pão integral com manteiga (10g) | Pão de leite com queijo (20g) | Pão de forma com manteiga (10g) | Pão integral com queijo (20g) | |
| Colação | Melão | Pera | Laranja | Maçã | |
| Almoço | Arroz 95g e feijão carioca 100g | Arroz 95g e feijão preto 100g | Arroz 95g e feijão carioca 100g | Arroz 95g e feijão carioca 100g | |
| | Carne moída com molho 50g | Isclas de frango grelhadas 60g | Bife ao molho roty 70g | Frango ensopado 70g | |
| | Quirera- almoço 60g | Abobrinha colorida 50g | Beterraba cozida 50g | Cenoura AF (orgânica) refogada 50g | |
| | Salada de tomate 40g | Salada de chuchu 25g | Salada de alface 25g | Salada de abobrinha AF (orgânica) 30g | |
| | Maçã | Caqui | Banana | Mamão | |
| Lanche | Vitamina de morango 180ml / Flocos de milho sem açúcar 20g | Banana / aveia em flocos finos 20g | Chá de erva doce sem açúcar 190ml / Bolo de banana com aveia 60g | Suco de uva AF 200ml / Sanduíche napolitano | |
| Jantar | Risoto de frango- jantar 200g | Sopa de Carne com Batata e Brócolis 180g | Sopa de batata doce com frango 180g | Polenta à bolonhesa - jantar 200g | |
| | SEGUNDA 08/05 | TERÇA 09/05 | QUARTA 10/05 | QUINTA 11/05 | SEXTA 12/05 |
| Desjejum | Suco de laranja 200 mL | Vitamina de goiaba 180ml | Suco de maçã 200mL | Leite com canela 190ml | Leite com canela 190ml |
| | Pão de leite com queijo (20g) | Pão integral com manteiga (10g) | Pão de forma com queijo (20g) | Pão integral com manteiga (10g) | Pão de forma com queijo (20g) |
| Colação | Banana | Pera | Caqui | Laranja | Melão |
| Almoço | Arroz AF 95g e feijão preto 100g | Arroz AF 95g e feijão carioca 100g | Arroz AF 95g e feijão preto100g | Arroz AF 95g e feijão carioca 100g | Arroz AF 95g e feijão preto 100g |
| | Carne moída à camponesa 70g | Strogonoff de carne 70g | Frango assado 50g | Barreado 70g | Peito de frango à milanesa 50g |
| | Macarrão ao alho e óleo 65g | Abobrinha refogada 50g | Quibebe 50g | Farofa de banana 20g | Batata salsa AF (orgânica) refogada 50g |
| | Quibebe 50g | Macarrão ao alho e óleo 65g | Batata salsa refogada 50g | Abobrinha refogada 50g | Farofa de banana 20g |
| | Salada de pepino 35g | Salada de beterraba 35g | Salada de alface 25g | Salada de repolho 23g | Salada de acelga 20g |
| | Melão | Kiwi | Laranja | Mamão | Maçã AF |
| Lanche | Chá de camomila sem açúcar 190ml/ Sanduíche napolitano | Leite com canela 190ml/ Sanduíche natural | Mingau de aveia 200g/ Banana | Vitamina de morango (polpa AF) 180ml / Pão de leite com queijo (20g) | Banana AF (orgânica) / Flocos de arroz 20g |
| Jantar | Quirera com molho de frango - jantar 200g | Sopa camponesa 180g | Sopa de feijão com legumes 180g | Sopa creme caipira 180g | Sopa de aipim AF (orgânico) com carne 180g |



**CARDÁPIO MATERNAL I E MATERNAL ÚNICO (1 ano e 7 meses - 2anos e 11 meses) - SINGULAR B
MAIO
2023**

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

MARIA ROSI MARQUES GALVÃO
MATRÍCULA 13.4643
NUTRICIONISTA SME
CRN - n.º 3096-SP-R

| | SEGUNDA 15/05 | TERÇA 16/05 | QUARTA 17/05 | QUINTA 18/05 | SEXTA 19/05 |
|-----------------|----------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|-----------------------------------------------|
| Desjejum | Leite AF com canela 190ml | Suco de maçã AF (orgânico) 200ml | Vitamina de morango (leite e polpa AF) 180ml | Chá de camomila sem açúcar 190ml | Leite AF com canela 190ml |
| | Pão integral com manteiga (10g) | Pão de forma com manteiga AF (10g) | Pão de leite com queijo (20g) | Pão integral com manteiga AF (10g) | Pão de forma com queijo (20g) |
| Colação | Laranja | Mamão | Maçã | Melão | Pera |
| Almoço | Arroz AF 95g e feijão preto 100g | Arroz AF 95g e feijão carioca 100g | Arroz AF 95g e feijão preto 100g | Arroz AF 95g e feijão carioca 100g | Arroz AF 95g e feijão preto 100g |
| | Picadinho de carne 70g | Iscas de frango grelhadas 60g | Carne moída com tomate e cheiro verde 50g | Stroganoff de frango 70g | Ensopado caipira 110g |
| | Brócolis cozido 50g | Cenoura refogada 50g | Polenta 100g | Batata doce AF (orgânica) refogada 50g | Couve-flor AF (orgânica) refogada 50g |
| | Salada de tomate 40g | Salada de repolho verde com repolho roxo 30g | Salada de brócolis com couve-flor 20g | Salada de acelga AF (orgânica) 20g | Salada de alface AF (orgânica) com tomate 35g |
| | Maçã | Melão | Caqui | Ponkan AF (orgânica) | Banana AF |
| Lanche | Chá de camomila sem açúcar/ Muffin de maçã e uvas passas 60g | Vitamina de frutas 180ml (leite AF) / Sanduíche napolitano | Mamão / Flocos de arroz 20g | Banana AF (orgânica) com aveia 80g | Sagu de Uva |
| Jantar | Canja 200g | Risoto de frango - jantar 200g | Sopa de feijão com macarrão 180g | Sopa de abóbora AF (orgânica) com carne 180g | Sopa cabocla 180g |
| | SEGUNDA 22/05 | TERÇA 23/05 | QUARTA 24/05 | QUINTA 25/05 | SEXTA 26/05 |
| Desjejum | Vitamina de manga (leite AF) 180ml | Leite AF com canela 190ml | Suco de laranja 200 ml | Chá de camomila sem açúcar 190ml | Leite com canela 190ml |
| | Pão de leite com manteiga AF (10g) | Pão de forma com queijo (20g) | Pão integral com manteiga AF (10g) | Pão de forma com queijo (20g) | Pão de leite com manteiga (10g) |
| Colação | Laranja | Maçã | Melão | Caqui | Maçã |
| Almoço | Arroz AF 95g e feijão preto 100g | Arroz AF 95g e feijão carioca 100g | Arroz AF 95g e feijão preto AF 100g | Arroz AF 95g e feijão carioca 100g | Arroz 95g e feijão preto 100g |
| | Iscas de carne 45g | Iscas de frango grelhadas com açafrão 60g | Almôndegas com molho 70g | Barreado 70g | Frango à camponesa 70g |
| | Quirera 60g | Jardineira de legumes 50g | Purê de batata 60g | Farofa (farinha AF) de banana 20g | Couve-flor refogada 50g |
| | Salada de tomate 40g | Salada de repolho 23g | Salada de alface com tomate 35g | Salada de abobrinha 30g | Salada de cenoura 25g |
| | Melão | Mamão | Kiwi | Maçã AF | Laranja |
| Lanche | Vitamina de goiaba (AF leite) 180ml / Flocos de milho sem açúcar 20g | Chá de erva doce sem açúcar/ Bolo de banana com aveia 60 g | Vitamina de morango 180ml / Flocos de milho sem açúcar 20g | Suco de uva AF 200mL / Pão de leite com queijo 20g | Banana/ aveia com flocos finos (20g) |
| Jantar | Arroz carreteiro 180g | Polenta (fubá AF) à bolonhesa - jantar 200g | Sopa de carne com batata e brócolis 180g | Sopa de feijão com legumes 180g | Canja 200g |



**CARDÁPIO MATERNAL I E MATERNAL ÚNICO (1 ano e 7 meses - 2anos e 11 meses) - SINGULAR B
MAIO
2023**

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

MARIA ROSI MARQUES GALVÃO
MATRÍCULA 13.4643
NUTRICIONISTA/SME
CRN - n.º 30956-SP/R

| | SEGUNDA 29/05 | TERÇA 30/05 | QUARTA 31/05 | |
|-----------------|----------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|-------------------------------------|--|
| Desjejum | Leite AF com canela 190ml | Vitamina de goiaba (leite AF) 180 ml | Suco de uva 200ml | |
| | Pão de leite com manteiga AF (10g) | Pão de forma com queijo (20g) | Pão integral com manteiga AF (20g) | |
| Colação | Maçã | Melão | Maçã | |
| Almoço | Arroz AF 95g e feijão preto AF 100g | Arroz AF 95g e feijão carioca AF 100g | Arroz AF 95g e feijão preto AF 100g | |
| | Carne moída com molho 50g | Frango à parmegiana 70g | Iscas de carne 45g | |
| | Macarrão AF ao alho e óleo 65g | Abobrinha refogada 50g | Cenoura refogada 50g | |
| | Salada de pepino 35g | Salada de beterraba 35g | Salada de repolho com tomate 30g | |
| | Melão | Kiwi | Mamão | |
| Lanche | Suco de maçã AF 200ml/ Pão integral com queijo 20g | Leite com canela 190ml / Flocos de milho sem açúcar 20g | Mingau de aveia 200g/ Banana | |
| Jantar | Sopa creme caipira 180g | Polenta com almôndegas ao molho 150g | Risoto de frango - jantar 200g | |