



**CARDÁPIO MATERNAL II E PRÉ SINGULAR E
MAIO
2023**

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

Nadia Rafaela 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 3066-SP/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)
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	Frango ensopado 70g	Strogonoff de carne 70g	Iscas de frango grelhadas 60g
		Quirera- almoço 60g	Cenoura refogada 50g	Beterraba cozida 50g	Abobrinha AF (orgânica) colorida 50g
		Salada de tomate 40g	Salada de chuchu 25g	Salada de vagem com cenoura 30g	Salada de alface AF (orgânica) 25g
		Maçã	Mamão	Banana	Caqui
	Lanche	logurte de morango 120 mL / Flocos de milho sem açúcar 20g	Chá de erva doce sem açúcar 190ml / Bolo de coco 50g	Suco de laranja 200ml / Sanduíche napolitano	Banana AF (orgânica) com aveia 80g
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)
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	Frango assado 50g	Strogonoff de carne 70g	Peito de frango à milanesa 50g	Barreado 70g
	Quibebe 50g	Macarrão ao alho e óleo 65g	Batata salsa refogada 50g	Abobrinha refogada 50g	Farofa de banana AF (orgânica) 20g
	Salada de pepino 35g	Salada de repolho 23g	Salada de acelga 20g	Salada de alface AF (orgânica) 25g	Salada de beterraba AF (orgânica) 35g
	Melão	Mamão	Kiwi	Maçã AF	Ponkan AF (orgânica)
Lanche	Leite com canela 190 ml/ Sanduíche napolitano	Vitamina de manga 180 ml/ Pão de leite com queijo (20g)	Chá de camomila sem açúcar 190 ml/ Sanduíche natural	Mingau de aveia 200g/ Banana	Banana / 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 II E PRÉ SINGULAR E
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 3006-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)
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
	Carne moída com tomate e cheiro verde 50g	Strogonoff de frango 70g	Ensopado caipira 110g	Iscas de frango grelhadas 60g	Picadinho de carne 70g
	Polenta 100g	Batata doce refogada 50g	Brócolis cozido 50g	Cenoura AF (orgânica) refogada 50g	Chuchu refogado 50g
	Salada de tomate 40g	Salada de vagem com cenoura 30g	Salada de repolho verde com repolho roxo 30g	Salada de brócolis AF (orgânica) com couve-flor 20g	Salada de alface AF (orgânica) com tomate 35g
	Maçã	Banana	Melão	Kiwi AF (orgânico)	Caqui
Lanche	Mamão / Flocos de arroz 20g	Vitamina de frutas 180ml (leite AF) / Sanduíche napolitano	Banana / aveia em flocos finos 20g	Chá de camomila sem açúcar/ Muffin de maçã e uvas passas 60g	logurte de morango AF 180ml / Flocos de milho sem açúcar
Jantar	Macarrão a bolonhesa - jantar 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)
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	Barreado 70g	Frango à camponesa 70g	Iscas de frango grelhadas com açafrão 60g	Almôndegas com molho 70g
	Quirera 60g	Farofa (farinha AF) de banana 20g	Couve-flor refogada 50g	Jardineira de legumes 50g	Purê de batata 60g
	Salada de tomate 40g	Salada de alface com tomate 35g	Salada de repolho 23g	Salada de cenoura AF (orgânica) 25g	Salada de abobrinha 30g
	Maçã	Kiwi	Mamão	Laranja	Melão
Lanche	Vitamina de goiaba (AF leite) 180ml / Flocos de milho sem açúcar 20g	Suco de laranja 200mL / Pão de leite com queijo 20g	Chá de erva doce sem açúcar/ Bolo de coco 50g	Banana AF (orgânica)/ aveia com flocos finos (20g)	Sagu de Uva
Jantar	Arroz carreteiro 180g	Sopa camponesa 180g	Sopa de carne com batata e brócolis 180g	Sopa de feijão com legumes 180g	Canja 200g



CURITIBA

**CARDÁPIO MATERNAL II E PRÉ SINGULAR E
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
MARIA ROSI MARQUES GALVÃO
MATRÍCULA: 13.4643
NUTRICIONISTA/SME
CRN - n.º 3066-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)	
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	Iscas de carne 45g	Frango à parmegiana 70g	
	Cenoura refogada 50g	Macarrão AF ao alho e óleo 65g	Abobrinha refogada 50g	
	Salada de pepino 35g	Salada de repolho com tomate 30g	Salada de beterraba 35g	
	Melão	Mamão	Kivi	
Lanche	Suco de maçã AF 200ml/ Pão integral com queijo 20g	Banana/ flocos de arroz 20g	Leite com canela 190ml / Flocos de milho sem açúcar 20g	
Jantar	Sopa creme caipira 180g	Risoto de frango - jantar 200g	Polenta com almôndegas ao molho 150g	