

CRN 8° RECHÃO 6303  
Coordenadora (Operacional)

Lidiane Correia Costa Stoffella



# CMEI / CEI DE 3 A 5 ANOS – APLV + SEM OVO



	SEGUNDA 21/11/2022	TERÇA 22/11/2022	QUARTA 23/11/2022	QUINTA 24/11/2022	SEXTA 26/11/2022	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
Desjejum	Chá com leite vegetal + Pão s/leite s/ovos c/creme vegetal	Leite vegetal + maçã + Bolo cenoura s/cobertura s/leite s/ovos	Café com leite + Pão s/leite s/ovo c/creme vegetal	Salada de frutas (abacaxi, maçã e mamão) com aveia	Suco integral de uva + Pão s/leite s/ovos com frango desfiado + açafrão e cenoura ralada + Bolo cenoura s/cobertura s/leite s/ovos	KCAL 713,65 Kcal CHO 104,90 g	KCAL 581,77 Kcal CHO 81,77 g
Almoço	Macarão parafuso s/ovos + frango ao molho, salada de vagem c/cenoura + péra	Aroz, Feijão preto, bolinho de carne s/ovos ao molho, salada de açafrão + melão	Aroz, feijão carioca Frango (assado) ao molho Salada de brocolis + maçã	Aroz, Feijão preto, barrado, farinha de mandioca, salada de tomate e cebola + banana	Risoto de frango (batata, cenoura, milho, frango) + Salada de batatas + manga	PTN 23 g LIP 22,84 g	PTN 21,24 g LIP 19,73 g
lanche 15h	Canjica c/ leite vegetal + Melão	Café com leite + Pão s/leite s/ovo c/creme vegetal	Leite vegetal batido c/ morango + Biscoito doce integral s/leite s/ovos + Banana	Chá com leite vegetal + Biscoito de polvilho s/leite s/ovos + mamão	Suco integral de uva + Pão s/leite s/ovos com frango desfiado + açafrão e cenoura ralada + Bolo cenoura s/cobertura s/leite s/ovos	CALCIO 216,10 Mg FERRO 3,04 Mg	CALCIO 86,01 Mg FERRO 2,02 Mg
Jantar	Sopa de feijão com batata, carne, cenoura + Laranja picada	Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata)	Potencia com carne moída ao molho + abobrinha refogada	Sopa de frango + mandioca + beterraba + abobrinha	Macarão s/ovos com carne moída e brócolis refogado	VITAMINA A 413,28 Mg VITAMINA C 53,97 Mg	VITAMINA A 4647,58 Mg VITAMINA C 64,84 Mg
	SEGUNDA 28/11/2022	TERÇA 29/11/2022	QUARTA 30/11/2022	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
Desjejum	Suco integral de uva + Pão s/leite s/ovos com creme vegetal	Leite vegetal batido c/ morango + Biscoito doce integral s/leite s/ovos + Banana	Suco de abacaxi natural + Pão s/leite s/ovos com frango desfiado + Laranja			KCAL 645,84 Kcal CHO 85,50 g	KCAL 641,85 Kcal CHO 85,22 g
Almoço	Arroz, feijão preto, carne bovina c/mandioca ao molho + salada de alface + melancia	Arroz integral, feijão carioca, frango ao molho com legumes (cenoura c/chiuchiu) salada de brócolis c/couve flor + manga	Arroz, Feijão preto Carne moída ao molho, Purê de batata s/leite s +salada de pepino c/maionese			PTN 24,92 g LIP 27,05 g	PTN 26,33 g LIP 26,07 g
lanche 15h	Suco integral de uva + sanduiche de Pão frito s/leite s/ovos + creme vegetal + tomate + açafrão + péra	Vitaminas de frutas (maçã+ mamão) c/leite vegetal+ Biscoito doce integral s/leite s/ovos	Leite vegetal + mamão + Bolo cenoura s/cobertura s/leite s/ovos			CALCIO 87,52 Mg FERRO 3,66 Mg	CALCIO 81,74 Mg FERRO 3,48 Mg
Jantar	Risoto de frango (batata, cenoura, milho, frango)	Arroz carreteiro com cenoura e batata Salada de beterraba	Potencia + frango ao molho + salada de escarola			VITAMINA A 6155,60 Mg VITAMINA C 51,35 Mg	VITAMINA A 6142,79 Mg VITAMINA C 51,35 Mg

Aluno: Bernardo Kuhl dos Santos – Paulo Freire

Patrícia dos Santos Alves  
Mat. Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO Nº1781

Ligia Maria Toledo Farin Vicente  
Mat. Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO Nº2321

Camille Constantino de Carvalho  
Mat. Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO Nº1102

Lidiane Correia Costa Stofella  
CRN 8º REGIÃO 6003  
Coordenadora Operacional