CMEI / CEI DE 3 A 5 ANOS - INTOLERÂNCIA LACTOSE + S/ BANANA+ S/OVO

Grupo Risotolândia

	SEGUNDA	TERÇA (16/09)	QUARTA (17/09)	QUINTA (01/09)	SEXTA (02/09)	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL		
Desjejum				Suco de abacaxi natural + pão s/ lactose com ovo mexido +manga picada	Leite s/ lactose com banana + bolo de laranja s/ lactose	KCAL	1387,50	Kcal
Almoço				Arroz + feijão preto + carne ao molho + purê de batata s/ lactose + salada de beterraba	Arroz + feijão carioca + frango ao molho com cenoura e chuchu + salada de acelga + maçã	CHO	209,50	g
Lanche				Canjica com leite s/ lactose + maçã	Suco integral de uva + pipoca salgada + banana	PTN	56,60	g
Jantar				Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata) + couve	Arroz carreteiro com cenoura e batata + espinafre + salada de repolho	LIP	38,20	g
	SEGUNDA (05/09)	TERÇA (06/09)	QUARTA (07/09)	QUINTA (08/09)	SEXTA (09/09)	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL		
Desjejum	Chá com leite s/ lactose + biscoito de polvilho s/ lactose + mamão picado	Suco integral de maçã + bolo de fubá s/ lactose + laranja	FERIADO	Café com leite s/ lactose + pão fatiado s/ lactose integral com margarina s/ lactose e queijo s/ lactose	Iogurte de morango s/ lactose + biscoito doce integral s/ lactose + banana	KCAL	1342,70	Kcal
Almoço	Macarrão com molho de carne moída + salada de repolho + melancia	Arroz + feijão carioca +frango ao molho (sassami) + salada de beterraba + maçã		Arroz + feijão preto +omelete assado + cenoura e batata refogada + laranja	Arroz + feijão carioca + carne ao molho com mandioca + salada de alface + tangerina	CHO	176,60	g
Lanche	Vitamina de frutas (banana/maçã) com leite s/ lactose + Biscoito doce integral s/ lactose	Café com leite s/ lactose + pão s/ lactose com queijo s/ lactose e margarina s/ lactose		Leite s/ lactose com mamão + biscoito polvilho salgado s/ lactose	Suco integral de uva + paõ integral s/ lactose com requeijão s/ lactose	PTN	51,70	g
Jantar	Sopa de feijão com batata, carne, cenoura e couve + laranja	Polenta com carne moída ao molho + abobrinha refogada + espinafre		Purê de batata s/ lactose com carne moída + salada de abobrinha	Sopa de frango + mandioca + beterraba + abobrinha	LIP	49,90	g
	SEGUNDA (12/09)	TERÇA (13/09)	QUARTA (14/09)	QUINTA (15/09)	SEXTA (16/09)	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL		
Desjejum	Café com leite s/ lactose + biscoito polvilho s/ lactose + melão picado	Chá com leite s/ lactose + pão s/ lactose com manteiga + mamão	Salada de frutas (mamão/banana/laranja) com aveia	Suco integral de uva + sanduíche de pão fatiado s/ lactose com queijo s/ lactose , tomate e alface	Vitamina de frutas (banana, mamão) com leite s/ lactose + biscoito doce integral s/ lactose	KCAL	1309,80	Kcal
Almoço	Arroz + feijão preto + quibe assado + salada de repolho + laranja	Arroz + feijão carioca + frango ao molho + jardineira de legumes (cenoura, abobrinha, batata salsa) + banana	Arroz + feijão preto +ovos mexidos + abóbora refogada+ melancia	Arroz integral + feijão carioca + carne moída ao molho + polenta + salada de acelga + tangerina	Risoto de frango (batata, cenoura, milho) + salada de pepino + melão	CHO	188,00	g
Lanche	Sagu + maçã	Suco integral de maçã + bolo de fubá s/ lactose + manga	Chá com leite s/ lactose + pão fatiado s/ lactose com manteiga	Café com leite s/ lactose + biscoito polvilho s/ lactose + mamão picado	Suco integral de uva + sanduíche de pão s/ lactose fatiado com queijo s/ lactose , alface e tomate	PTN	47,00	g
Jantar	Risoto de frango (batata, cenoura, milho, ervilha, escarola)	Polenta com almondegas ao molho + salada de beterraba	Macarrão com carne moída + chuchu refogado + espinafre	Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata, rúcula)	Sopa de feijão com batata,carne, cenoura e couve	LIP	42,40	g
	SEGUNDA (19/09)	TERÇA (20/09)	QUARTA (21/09)	QUINTA (22/09)	SEXTA (23/09)	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL		
Desjejum	Café com leite s/ lactose + biscoito salgado integral s/ lactose + mamão picado	Suco de abacaxi natural + pão s/ lactose com ovo mexido + tangerina	Suco de uva integral + biscoito salgado integral s/ lactose + banana	Chá com leite s/ lactose + pão de leite s/ lactose com manteiga	Leite s/ lactose com banana + biscoito polvilho salgado s/ lactose	KCAL	1446,50	Kcal
Almoço	Arroz integral + feijão preto + carne moída ao molho + purê de batata s/ lactose + salada de beterraba	Arroz + feijão carioca + frango (sassami) grelhado + salada de brócolis + couve-flor melancia	Arroz + feijão preto + peixe ao molho, pirão do molho de peixe + salada de repolho com tomate	Arroz + feijão carioca + frango assado (sobrecoxa) + creme de milho+ mamão	Arroz + feijão preto + barreado + farinha de mandioca + salada de tomate e cebola + banana	CHO	182,40	g
Lanche	Chá com leite s/ lactose + pão integral s/ lactose com manteiga s/ lactose	Leite s/ lactose com maçã + bolo de cenoura sem cobertura s/ lactose	Suco de abacaxi natural + pão s/ lactose com ovo mexido + maçã	Vitamina de frutas (banana/abacate) c/ leite s/ lactose + biscoito doce integral s/ lactose	Café com leite s/ lactose + pão de leite s/ lactose com queijo s/ lactose e margarina s/ lactose	PTN	58,90	g
Jantar	Sopa de frango + mandioca + beretrraba + abobrinha	Arroz carreteiro com cenoura e batata + salada de acelga + brócolis	Polenta com frango ao molho + salada de alface + agrião	Macarrão com carne moída + cenoura refogada + espinafre	Risoto de frango (batata, cenoura, milho, ervilha, escarola)	LIP	55,80	g
	SEGUNDA (26/09)	TERÇA (27/09)	QUARTA (28/09)	QUINTA (29/09)	SEXTA (30/09)	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL		
Desjejum	Suco de uva integral + pão integral s/ lactose com requeijão s/ lactose	Leite s/ lactose com mamão + bolo de cenoura sem cobertura s/ lactose	Chá com leite s/ lactose + biscoito salgado s/ lactose + banana	Vitamina de frutas (banana/abacate) leite s/ lactose + biscoito doce integral s/ lactose	Suco integral de uva + pão s/ lactose com ovo mexido alface e cenoura ralada + bolo de laranja s/ laranja	KCAL	1436,80	Kcal
Almoço	Macarrão parafuso + frango ao molho desfiado + salada de acelga com cenoura + melancia	Arroz + feijoada com cubos de carne bovina + farinha de mandioca + laranja	Arroz + feijão carioca + carne moída com cenoura e chuchu + salada de alface + maçã	Arroz + feijão preto + sobrecoxa ao molho com cenoura + salada de beterraba + caqui	Arroz + feijão carioca + bolinho de carne ao molho + salada de acelga + tangerina	CHO	210,20	g
Lanche	Café com leite s/ lactose + biscoito salgado integral s/ lactose + melão picado	Iogurte de morango s/ lactose + bscoito doce integral s/ lactose + banana	Salada de frutas (banana/laranja/mamão) com aveia	Chá com leite s/ lactose + biscoito salgado integral s/ lactose + melão	Suco de uva integral + pão s/ lactose com ovo mexido alface e cenoura ralada + bolo de laranja s/ lactose	PTN	57,60	g
Jantar	Purê de batata s/ lactose + carne moída ao molho + salada de alface + agrião	Polenta + frango ao molho + salada de abobrinha com cenoura	Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata, rúcula)	Macarrão com carne moída + chuchu refogado + espinafre	Risoto de frango (batata, cenoura, milho, ervilha, escarola)	LIP	43,60	g

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

Ligia Márcia Toledo Faria Vicente
Mat Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO Nº2321

Camile Consentino de Carvalho
Mat Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO Nº1102

Lidianne Correia Costa Stofella
CRN 8º REGIÃO 6303 Coordenadora Operacional