

CMEI / CEI DE 3 A 5 ANOS - INTOLERÂNCIA LACTOSE

SEGUNDA		TERÇA (08:00)	QUARTA (07:00)	QUINTA (08:00)	SEXTA (08:00)	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL
Desjejum				Suco de abacaxi natural + pão s/ lactose com ovo molho frango picado	Leite s/ lactose com banana + bolo de banana 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 alface + maça	CHO 209,50 g
Lanche				Canjica com leite s/ lactose + maça	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
MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL						
Desjejum	Chá com leite s/ lactose + biscoito polvilho s/ lactose + mamão picado	Suco integral de maçã + bolo de fubá s/ lactose + laranja		<div> <div>FERIDO</div> <div>Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata) + couve</div> </div>	Arroz + feijão preto + sonelete assado + cenoura e batata refogada + laranja	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 + maça			Arroz + feijão carioca + carne ao molho com mandioca + salada de alface + laranja	CHO 176,60 g
Lanche	Vitaminas 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			Suco integral de uva + pão integral s/ lactose com requieijo 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			Sopa de frango + mandioca + beterraba + abobrinha	LIP 49,90 g
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			Vitaminas 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, aipo) + banana			Risoto de frango (batata, cenoura, milho) + salada de pepino + melão	CHO 188,00 g
Lanche	Sagu + maça	Suco integral de maçã + bolo de fubá s/ lactose + manga			Suco integral de uva + sanduícho de pão s/ lactose frito com queijo s/ lactose, alface e tomate	PTN 47,00 g
Jantar	Risoto de frango (batata, cenoura, milho, ervilha, escarola)	Polenta com carne moída ao molho + salada de beterraba			Sopa de feijão com batata, carne, cenoura e couve	LIP 42,40 g
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 moído + tangerina			Chá com leite s/ lactose + pão de leite s/ lactose com manteiga	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 carioca + frango assado (sobrcoxa) + creme de milho + mamão	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			Vitaminas de frutas (banana, abacaxi) s/ leite s/ lactose + biscoito doce integral s/ lactose	PTN 58,90 g
Jantar	Sopa de frango + mandioca + beterraba + abobrinha	Arroz carreteiro com cenoura e batata + salada de alface + brócolis			Macarrão com carne moída + cenoura refogada + espinafre	LIP 55,80 g
MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL						
Desjejum	Suco de uva integral + pão integral s/ lactose com requieijo s/ lactose	Leite s/ lactose com maçã + bolo de cenoura sem cobertura s/ lactose			Chá com leite s/ lactose + biscoito salgado s/ lactose + banana	KCAL 1436,80 Kcal
Almoço	Macarrão parafuso + frango ao molho desidratado + salada de cenoura com cenoura + melancia	Arroz + feijão carioca + frango ao molho + farinha de mandioca + laranja			Arroz + feijão preto + sobrecoca ao molho com cenoura e batata + salada de beterraba + quiwi	CHO 210,20 g
Lanche	Café com leite s/ lactose + biscoito salgado integral s/ lactose + melão picado	Ingrediente de morango s/ lactose + biscoito doce integral s/ lactose + banana			Chá com leite s/ lactose + biscoito salgado integral s/ lactose + melão	PTN 57,60 g
Jantar	Purê de batata s/ lactose + carne moída ao molho + salada de alface + agnito	Polenta + frango ao molho + salada de abobrinha com cenoura			Macarrão com carne moída + chuchu refogado + espinafre	LIP 43,60 g

Partida dos Santos Alves
Matr. Funcional nº 7893 CEN e REGIÃO NT1201

Liliane Marlene Toledo Faria Vicente
Matr. Funcional nº 11486108 e REGIÃO NT2221

Camille Constanina de Carvalho
Matr. Funcional nº 7894 CEN e REGIÃO NT1102

Lilianne Carreira Costa Sotófilo
CEN e REGIÃO CEN3 Coordenadora Operacional