

Lidiane Correia Costa Stoffella
CRN 8º REGIÃO 6303
Coordenadora Operacional

10.66.5.

CMEI / CEI DE 3 A 5 ANOS - INTOLERÂNCIA LACTOSE + SEM PEIXE

	SEGUNDA 21/11/2022	TERÇA 22/11/2022	QUARTA 23/11/2022	QUINTA 24/11/2022	SEXTA 25/11/2022	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
Desjejum	Chá com leite s/lactose + Pão s/lactose c/manteiga s/lactose	Leite s/lactose + bolo de cenoura sem cobertura s/lactose	Café com leite s/lactose + Pão s/lactose com queijo s/lactose e margarina s/lactose	Salada de frutas (abacaxi, maçã e mamão) com aveia	Suco integral de uva + pão s/lactose com ovo mexido + alface e cenoura ralada + bolo de laranja s/lactose	KCAL 708,43 CHO 103,41 PTN 26,47 LP 21,25 CALCIO 255,02 FERRO 3,41	KCAL 622,49 CHO 90,70 PTN 26,07 LP 18,90 CALCIO 282,67 FERRO 2,39
Almoço	Macarrão parafuso + Frango ao molho, salada de vagem c/cenoura + pêssego	Arroz, Feijão preto, bolinho de carne ao molho, salada de acelga + melão	Arroz, feijão carioca Frango (sassami) ao molho Salada de brócolis + maçã	Arroz, Feijão preto, barreado, farinha de mandioca, salada de tomate e cebola + banana	Risoto de frango (batata, cenoura, milho, frango) + Salada de beterraba + manga	KCAL 420,12 Mcg 53,61	KCAL 4652,81 Mcg 64,48
lanche 16h	Canjica c/leite s/lactose + melão	Café com leite s/lactose + Pão s/lactose com queijo s/lactose e margarina s/lactose	Iogurte de morango s/lactose + biscoito doce integral s/lactose + banana	Chá c/leite s/lactose + biscoito de polvilho s/lactose + mamão	Suco integral de uva + pão s/lactose com ovo mexido + alface e cenoura ralada + bolo de laranja s/lactose	VITAMINA A 420,12 VITAMINA C 53,61	VITAMINA A 4652,81 VITAMINA C 64,48
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	Macarrão com carne moída e brócolis refogado	VITAMINA A 420,12 VITAMINA C 53,61	VITAMINA A 4652,81 VITAMINA C 64,48
	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/lactose com requeijão s/lactose	Iogurte de morango s/lactose + biscoito doce integral s/lactose + banana	Suco de abacaxi natural + pão s/lactose com ovo mexido + ameixa			KCAL 703,15 CHO 95,47 PTN 27,48 LP 29,64 CALCIO 95,47 FERRO 3,70	KCAL 579,38 CHO 90,23 PTN 22,74 LP 16,94 CALCIO 202,28 FERRO 1,77
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/chuchu) salada de brócolis c/couve flor + manga	Arroz, Feijão preto Carne moída ao molho, purê de batatas s/leite + salada de pepino c/tomate			KCAL 210,67 Mcg 210,67 VITAMINA A 6179,67 VITAMINA C 51,35	KCAL 202,28 Mcg 202,28 VITAMINA A 6279,61 VITAMINA C 205,46
lanche 16h	Suco integral de uva + sanduíche de pão fatiado s/lactose + queijo s/lactose + tomate + alface + pera	Vitamina de frutas (maçã + mamão) c/ leite s/lactose + biscoito doce integral s/lactose	Leite s/lactose + mamão + bolo de cenoura sem cobertura s/lactose				
Jantar	Risoto de frango (batata, cenoura, milho, frango)	Arroz carreteiro com cenoura e batata Salada de beterraba	Potencia + frango ao molho + salada de escarola				

Aluno: Diego de Souza Gonçalves – Ruth Baka



Patrícia dos Santos Alves
Mat Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO
Nº 781



Ligia Márcia Toledo Faria Vicente
Mat Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO
Nº 2321



Camille Consentino de Carvalho
Mat Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO
Nº 1102



Lidiane Corrêa Costa Stofella
CRN 8º REGIÃO 6303
Coordenadora Operacional