



CMEI / CEI DE 3 a 5 ANOS – SÍNDROME DO INTESTINO IRRITÁVEL



SEGUNDA		TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
Desjejum		Suco integral de maçã + pão sílico com ovo mexido + Maçã		Vitamina de frutas (banana+maçã) c/leite sílico + biscoito doce integral sílico	Leite sílico c/ maçã + Bolo de cenoura s/ cobertura sílico	KCAL	710,55	KCAL	586,21
						CHO	86,16	CHO	86,41
						PTN	24,96	PTN	23,42
						LP	27,23	LP	18,26
Almoço		Arroz, caldo de feijão carica Frango ao molho, Jardineira de legumes (chuchu, cenoura, batata) + Pão	FERRADO	Arroz, caldo de feijão carica Carne moída com legumes (vagem e cenoura) + salada de alface + Banana	Arroz, caldo de feijão preto + Ovos mexidos + abóbora refogada + Maçã	CALCIO	250,10	CALCIO	169,08
lanche 15h		Leite s/ lactose c/ maçã + Biscoito Salgado s/ lactose + Banana		Chá erva docelcidreira + pão sílico com manteiga sílico	Suco integral de maçã + Biscoito salgado sílico	FERRO	3,22	FERRO	2,41
Janitar		Arroz, carreteiro com cenoura e batata de abóbora Salada		Potência + frango ao molho + salada de beterraba	Sopa de feijão com batata, carne, cenoura + Banana	VITAMINA A	572,81	VITAMINA A	440,49
						VITAMINA C	84,24	VITAMINA C	129,24
SEGUNDA		TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
		7/11/2022	8/11/2022	9/11/2022	10/11/2022	KCAL	704,50	KCAL	606,57
Desjejum	Chá erva docelcidreira + Biscoito salgado sílico + Maçã	Suco integral de maçã + Bolo de lula sílico + Banana	Chá erva docelcidreira + pão sílico com manteiga sílico	Vitamina de frutas (banana+morango) c/ leite sílico + biscoito doce integral sílico	Suco integral de maçã + sanduíche de pão filado sílico + margarina sílico + limate + alface	CHO	104,16	CHO	80,24
Almoço	Arroz, caldo de feijão preto com cubos de carne bovina + Farinha de mandioca Pão	Arroz, caldo de feijão carica Frango assado (sobrecostas) Cenoura e chuchu refogados Maçã	Arroz, caldo de feijão preto + quibe assado + salada de repolho + Banana	Arroz, caldo de feijão carica + Peixe ao molho, Pão de molho de peixe Salada de alface com limate	Arroz, caldo de feijão preto Frango (salsam) grelhado, salada de couve-flor + Pera	PTN	31,59	PTN	29,78
lanche 15h	Suco integral de maçã + pão sílico com ovo mexido + Banana	Leite sílico batido com morango + biscoito doce integral sílico + banana	Leite sílico c/ maçã + pão sílico com margarina sílico	Sagu + Maçã	Leite sílico + maçã + Bolo de cenoura s/ cobertura sílico	LP	26,23	LP	21,13
Janitar	Carne (arroz, frango, abóbora, cenoura, batata)	Macarrão com carne moída e brócolis refogado	Risoto de frango (batata, cenoura, frango)	Purê de batatas sílico com carne moída ao molho + Salada de cenoura	Potência + frango ao molho + salada de beterraba	CALCIO	317,71	CALCIO	185,96
						FERRO	3,29	FERRO	2,70
						VITAMINA A	3289,24	VITAMINA A	3925,55
						VITAMINA C	66,66	VITAMINA C	157,25
SEGUNDA		TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
		14/11/2022	15/11/2022	16/11/2022	17/11/2022	KCAL	724,95	KCAL	510,76
Desjejum			Suco integral de maçã + pão sílico com manteiga sílico	Leite sílico batido com morango + biscoito doce integral sílico + Banana	Chá erva docelcidreira + Pão sílico com margarina sílico	CHO	100,95	CHO	75,32
Almoço	RECESSO	FERRADO	Arroz, caldo de feijão preto, carne ao molho, purê de batatas sílico + salada de beterraba	Arroz, caldo de feijão carica, sobrecoxa ao molho com cenoura Salada de pepino com limate + Pera	Arroz, caldo de feijão preto omelete assado, repolho e cenoura refogados + Banana	PTN	21,32	PTN	22,20
lanche 15h			Chá erva docelcidreira + biscoito salgado s/ lactose + Maçã	Suco integral de maçã + bolo de lula sílico	Vitamina de frutas (banana+maçã) com leite sílico + biscoito doce integral sílico	LP	28,80	LP	15,13
						CALCIO	343,20	CALCIO	99,49
						FERRO	3,04	FERRO	1,46
Janitar			Sopa de frango + mandioca + beterraba + abóbora	Macarrão com carne moída + repolho e cenoura refogados	Potência + frango ao molho + salada de azeitona + escarola	VITAMINA A	476,92	VITAMINA A	133,59
						VITAMINA C	51,05	VITAMINA C	34,43

Partida das Santos Alves

Lidia Marcia Machado Faria Vicente

Camille Constanção de Carvalho

Liliane Currisa Costa Suelita

Matr. Funcional nº 7893 CEN 8 REGIÃO N°1781

Matr. Funcional nº 11146 CEN 8 REGIÃO N°2321

Matr. Funcional nº 7894 CEN 8 REGIÃO N°1102

CEN 8 REGIÃO 6303
Coordenadora Operacional



CMEI / CEI DE 3 a 5 ANOS – SÍNDROME DO INTESTINO IRRITÁVEL



SEGUNDA 21/11/2022		TERÇA 22/11/2022		QUARTA 23/11/2022		QUINTA 24/11/2022		SEXTA 25/11/2022		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL JAMNIA		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TADDE		
Desjejum	Chá erva doce/cidreira + Pão s/lactose c/manteiga s/lactose	Leite s/lactose c/ maçã + bolo de cenoura sem cobertura s/lactose	Chá erva doce/cidreira + Pão s/lactose com margarina s/lactose	Salada de frutas (banana, maçã e pêra)	Suco integral de maçã + pão s/lactose com ovo mexido + alface e cenoura ralada + bolo de cenoura s/ cobertura s/lactose	PTN	26,47	9	PTN	26,07	9	CHO	50,70	9
Almoço	Macarrão parafuso + frango ao molho, salada de vagem c/cenoura + pêra	Arroz, caldo de feijão preto, bolinho de carne ao molho, salada de acelga + Banana	Arroz, caldo de feijão carinha (frango, salsinha) ao molho Salada de brócolis + maçã	Arroz, caldo de feijão preto, barrado, farinha de mandioca, salada de tomate + banana	Risoto de frango (batata, cenoura, frango) + Salada de beterraba + pêra	LP	21,25	9	LP	16,90	9	CALCIO	25,52	Mg
lanche 15H	Canjica c/leite s/lactose + Banana	Suco integral de maçã + Pão s/lactose com margarina s/lactose	Leite s/lactose batido com morango + biscoito doce integral s/lactose + banana	Chá erva doce/cidreira + biscoito de polvilho s/lactose + maçã	Suco integral de maçã + pão s/lactose com ovo mexido + alface e cenoura ralada + bolo de cenoura s/ cobertura s/lactose	CALCIO	255,02	Mg	CALCIO	282,87	Mg	FERRO	3,41	Mg
Jantar	Sopa de feijão com batata, carne, cenoura + Maçã	Canja (arroz, feijão, 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	Mg	VITAMINA A	4652,31	Mg	VITAMINA C	53,61	Mg
SEGUNDA 28/11/2022		TERÇA 29/11/2022		QUARTA 30/11/2022		QUINTA		SEXTA		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL JAMNIA		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TADDE		
Desjejum	Suco integral de maçã + pão s/lactose com manteiga s/lactose	Leite s/lactose batido com morango + biscoito doce integral s/lactose + banana	Suco integral de maçã + pão s/lactose com ovo mexido + maçã			KCAL	703,15	Kcal	KCAL	579,38	Kcal	CHO	90,23	9
Almoço	Arroz, caldo de feijão preto, carne bovina c/mandioca ao molho + salada de alface + Maçã	Arroz, caldo de feijão carinha, frango ao molho com legumes (cenoura c/chuchu) salada de brócolis c/couve flor + Pera	Arroz, caldo de feijão preto Carne moída ao molho, purê de batatas s/leite +salada de pepino c/tomate			PTN	27,48	9	PTN	22,74	9	PTN	22,74	9
lanche 15H	Suco integral de maçã + sanduíche de pão fatiado s/lactose + margarina s/lactose + tomate +alface + pêra	Vitamina de frutas (banana+maçã) c/ leite s/lactose + biscoito doce integral s/lactose	Leite s/lactose c/ maçã + bolo de cenoura sem cobertura s/lactose			LP	29,64	9	LP	16,94	9	CALCIO	95,47	Mg
Jantar	Risoto de frango (batata, cenoura, milho, frango)	Arroz carreteiro com cenoura e batata de beterraba	Potencia + frango ao molho + salada de escarola			FERRO	3,70	Mg	FERRO	1,77	Mg	VITAMINA A	6179,67	Mcg
						VITAMINA A	6179,67	Mcg	VITAMINA A	6273,61	Mcg	VITAMINA C	51,35	Mg

Aluno: Miguel Augusto B. Teixeira da Silva – Rainha da Paz
Dieta: Leite s/ lactose + S/ laticínios + S/ Café e chá mate + S/ Frutas e legumes Obesitantes

Patrícia dos Santos Alves

Mat. Funcional nº 7893 CERN R. REGIÃO Nº 1781

Lígia Maria Tadeu Faria Vicente

Mat. Funcional nº 11146 CERN R. REGIÃO Nº 2321

Camile Conceição de Carvalho

Mat. Funcional nº 7891 CERN R. REGIÃO Nº 1102

Lidiane Correia Costa Siqueira

CERN R. REGIÃO 6303
Coordenadora Operacional