

SEGUNDA		TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL	
		1/11/2022	2/11/2022	3/11/2022	4/11/2022	MANHÃ		TARDE	
Desjejum		Suco de abacaxi natural + pão s/leite com ovo mexido + Laranja		Vitamina de frutas c/leite vegetal (banana+abacaxi) + biscoito doce integral s/leite	Leite vegetal + mamão + bolo s/leite de lula	KCAL	662,34	KCAL	555,52
						CHO	90,81	CHO	87,15
						PTN	21,67	PTN	20,88
Almoço		Arroz, feijão carioca Frango ao molho, Jardineira de legumes (chuchu, cenoura, batata) + Melão	FERIADO	Arroz, feijão carioca Carne moída com legumes (vagem e cenoura) + salada de alface + manga	Arroz, Feijão preto + Ovos mexidos + abobora refogada + maçã	LIP	24,17	LIP	13,95
lanche 15H		Suco integral de uva + pipoca salgada + Banana		Chá com leite vegetal + pão s/leite integral com creme vegetal	Suco integral de uva + biscoito salgado integral s/leite + pira	CALCIO	109,68	CALCIO	77,06
						FERRO	3,35	FERRO	2,41
						VITAMINA A	572,61	VITAMINA A	440,48
Jantar		Arroz carreteiro com cenoura e batata Salada de abobrinha		Polenia + frango ao molho + salada de beterraba	Sopa de feijão com batata, carne, cenoura + mamão	VITAMINA C	84,71	VITAMINA C	129,71
SEGUNDA		TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL	
		7/11/2022	8/11/2022	9/11/2022	10/11/2022	MANHÃ		TARDE	
Desjejum	Chá com leite vegetal + Biscoito salgado integral s/leite + Melão	Suco integral de maçã + bolo s/leite de lula + mamão	Chá com leite vegetal + pão s/leite integral com creme vegetal	Vitamina de frutas c/leite vegetal (banana+morango) + biscoito doce integral s/leite	Suco integral de uva + sanduíche de pão italiano s/leite + creme vegetal + tomate + alface	KCAL	740,04	KCAL	514,61
						CHO	102,96	CHO	70,69
						PTN	24,55	PTN	24,38
Almoço	Arroz, Feijão com cubos de carne bovina + Farinha de mandioca Laranja	Arroz, feijão carioca Frango assado (sobrecoca) Milho e cenoura refogados Maçã	Arroz, Feijão preto + quibe assado + salada de repolho + manga	Arroz integral, Feijão carioca + Ovos Mexidos + Abobora refogada + Banana	Arroz, Feijão preto Frango (assado) grelhado, salada de couve-flor + Abacaxi	LIP	26,01	LIP	18,35
						CALCIO	137,82	CALCIO	69,55
lanche 15H	Suco de abacaxi natural + pão s/leite com ovo mexido + Melancia	Leite vegetal batido com morango + biscoito doce integral s/leite + Banana	Café com leite vegetal + pão integral s/leite com creme vegetal	Sagu + Maçã	Leite vegetal + maçã + bolo s/leite de cenoura sem cobertura	FERRO	3,34	FERRO	2,40
Jantar	Carla (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata)	Macarrão com carne moída e brócolis refogado	Risoto de frango (batata, cenoura, milho, frango)	Purê de batatas s/leite com carne moída ao molho + Salada de cenoura	Polenia + frango ao molho + salada de beterraba	VITAMINA A	3666,45	VITAMINA A	3665,70
						VITAMINA C	71,47	VITAMINA C	136,45
SEGUNDA		TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL	
		14/11/2022	16/11/2022	17/11/2022	18/11/2022	MANHÃ		TARDE	
Desjejum			Suco integral de uva + pão integral s/leite com creme vegetal	Leite vegetal batido com morango + biscoito doce integral s/leite + Banana	Café com leite vegetal + Pão s/leite c/creme vegetal	KCAL	673,22	KCAL	490,90
						CHO	91,35	CHO	70,95
Almoço	RECESSO	FERIADO	Arroz, Feijão preto, carne ao molho, purê de batatas s/leite + salada de beterraba	Arroz integral, feijão carioca, sobrecoca ao molho com cenoura Salada de pepino com tomate + manga	Arroz, Feijão preto omelete assado, repolho c/cenoura refogados + laranja	PTN	16,06	PTN	17,03
lanche 15H			Chá com leite vegetal + Biscoito salgado integral s/leite + mamão	Suco integral de maçã + bolo de lula s/leite + maçã	Vitamina de frutas c/leite vegetal (banana+abacaxi) + biscoito doce integral s/leite	LIP	26,34	LIP	14,07
						CALCIO	160,74	CALCIO	192,53
						FERRO	3,04	FERRO	33,99
Jantar			Sopa de frango + mandioca + beterraba + abobrinha	Macarrão com carne moída + repolho e cenoura refogados	Polenia + frango ao molho + salada de acelga + escarola	VITAMINA A	476,92	VITAMINA A	74,68
						VITAMINA C	51,05	VITAMINA C	34,43

PA

PA

EE

b.c.c.s.

Patrícia dos Santos Alves

Ligia Maria Toledo Faria Vicente

Camile Constanina de Carralho

Lidiane Correa Costa Sotella

Mat Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO
Nº1781

Mat Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO
Nº231

Mat Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO
Nº1102

CRN 8º REGIÃO 6303
Coordenadora Operacional



CMEI / CEI DE 3 A 5 ANOS - APLV + S/CORANTE + S/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 c/ leite vegetal + Pão s/leite c/creme vegetal	Leite vegetal + maçã + bolo de cenoura s/cobertura s/leite	Café com Leite vegetal + pão s/leite integral com creme vegetal	Salada de frutas (abacaxi, maçã e mamão) com aveia	Suco integral de uva + pão s/leite com ovo mexido + alicace e cenoura ralada + bolo s/leite de cenoura s/cobertura	KCAL 713,65 CHO 104,90 g	KCAL 581,77 CHO 81,77 g
Almoço	Macarrão parafuso + frango ao molho, salada de vagem c/cenoura + péra	Arroz, Feijão preto, bolinho de carne ao molho, salada de azeite + melão	Arroz, feijão carioca Frango (assado) ao molho Salada de brócolis + maçã	Arroz, Feijão preto, barrado, farinha de mandioca, salada de tomate e cebola + banana	Risoto de frango (batata, cenoura, milho, frango) + Salada de beterraba + manga	PTN 23 LIP 22,84 g	PTN 21,24 LIP 19,73 g
lanche 15h	Canjica c/ leite vegetal+ melão	Café com leite vegetal + Pão s/leite c/creme vegetal	Leite vegetal batido com morango + biscoito doce integral s/leite + Banana	Chá com leite vegetal + biscoito de polvilho s/leite + mamão	Suco integral de uva + pão s/leite com ovo mexido + alicace e cenoura ralada + bolo s/leite de cenoura s/cobertura	CALCIO 216,10 FERRO 3,04 Mg	CALCIO 88,01 FERRO 2,02 Mg
Jantar	Sopa de feijão com batata, carne, cenoura + Laranja picada	Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata)	Poenta com carne moída ao molho + abobrinha refogada	Sopa de frango + mandioca + beterraba + abobrinha	Macarrão com carne moída e brócolis refogado	VITAMINA A 415,28 VITAMINA C 53,97 Mg	VITAMINA A 4647,96 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 c/creme vegetal	Leite vegetal batido com morango + biscoito doce integral s/leite + Banana	Suco de abacaxi natural + pão s/leite clavo mexido + ameixa				
Almoço	Arroz, feijão preto, carne bovina c/mandioca ao molho + salada de alicace + melancia	Arroz integral, feijão carioca, frango ao molho com legumes (cenoura c/chiuchu) salada de brócolis c/ovo floc + manga	Arroz, Feijão preto Carne moída ao molho, purê de batatas s/leite + salada de pepino c/tomate				
lanche 15h	Suco integral de uva + sanduíche de pão fatiado s/leite + creme vegetal + tomate + alicace	Vitaminas de frutas c/leite vegetal (banana+mamão) + biscoito doce integral s/leite	Leite vegetal + mamão + bolo de cenoura s/cobertura s/leite				
Jantar	Risoto de frango (batata, cenoura, milho, frango)	Arroz carreteiro com cenoura e batata Salada de beterraba	Poenta + frango ao molho + salada de escarola				
						VITAMINA A 6155,60 VITAMINA C 51,35 Mg	VITAMINA A 8279,61 VITAMINA C 178,79 Mg
						CALCIO 87,52 FERRO 3,66 Mg	CALCIO 82,58 FERRO 1,77 Mg
						PTN 24,82 LIP 27,05 g	PTN 17,48 LIP 14,74 g
						CHO 85,50 g	CHO 88,04 g
						KCAL 645,84 g	KCAL 563,25 g

Aluna: Clara Soares Pinto – Satlê

Observações: não utilizar molho/extrato de tomate.

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

Lígia Maria Toledo Faria Vilela
Mat. Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO Nº 2121

Camile Consenino de Carvalho
Mat. Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO Nº 1102

Lidiane Corrêa Costa Stéfela
CRN 8º REGIÃO 6103
Coordenadora Operacional