



CARDAPIO CMEI/ CEI 13 MESES À 2 ANOS E 11 MESES

APLV



	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL	
						MANHÃ		TARDE	
DESJEJUM	Suco de abacaxi natural+ ovos mexidos c/ couve + mamão	Leite vegetal + maçã	Leite vegetal com morango e banana batido	Chá erva doce/cidreira + biscoito polvilho s/leite + laranja	Vitamina de frutas (banana+abacate) c/leite vegetal + biscoito de aveia com maçã	KCAL	789,43	KCAL	456,92
						CHO	107,36	CHO	75,22
ALMOÇO	Arroz, feijão preto, Carne ao molho + couve, purê de batatas s/leite, salada beterraba	Arroz integral, feijão carioca, Frango assado(sobrecoxa) milho + cenoura refogados + rúcula + péra	Arroz, feijão preto, Omelete assado + espinafre, legumes refogados(repolho c/cenoura) + melão	Arroz, feijão carioca, Barreado, farinha mandioca + salada tomate e cebola+ couve-banana	Arroz, feijão preto, Frango (sossami) ao molho, salada de alface + manga	PTN	28,23	PTN	23,19
						LIP	23,88	LIP	10,74
LANCHE DA TARDE	Creme de manga, banana e aveia	Chá erva doce/cidreira + biscoito polvilho s/leite + melão	Suco de Maracujá c/ couve + banana com aveia	Leite vegetal + mamão	Suco de abacaxi natural+ ovos mexidos c/ couve + melancia	CALCIO	157,66	CALCIO	83,65
						FERRO	4,54	FERRO	2,48
JANTAR	Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata) + couve+maçã	Arroz carreteiro + espinafre com cenoura, batata + salada de tomate + laranja	Sopa de feijão, com batata, carne, cenoura + couve-goiaba	Polenta+ frango ao molho+ salada de açaiga + pera	Macarrão com carne moída + brócolis refogado + banana	VITAMINA A	4576,15	VITAMINA A	485,36
						VITAMINA C	95,84	VITAMINA C	82,05
SEGUNDA-FEIRA	13/fev	TERÇA-FEIRA	14/fev	QUARTA-FEIRA	15/fev	QUINTA-FEIRA	16/fev	SEXTA-FEIRA	17/fev
DESJEJUM	Suco de abacaxi natural+ ovos mexidos c/ couve + melancia	Pure de abacate com banana	Suco de Maracujá c/ couve + banana com aveia	Vitamina de frutas (banana+mamão) c/leite vegetal + biscoito de aveia com maçã	Leite vegetal + panqueca de banana com aveia	KCAL	661,00	KCAL	590,35
						CHO	102,92	CHO	88,13
ALMOÇO	Arroz, Feijoadá com cubos de carne bovina, Farinha de mandioca + laranja+ couve	Arroz, feijão carioca, Frango ao molho, jardineira de legumes (brócolis, cenoura, chuchu) + maçã	Macarrão com molho de carne moída, salada de escarola + abacaxi	Arroz, feijão carioca, Frango (sossami) grelhado, salada de açaiga + couve-flor + melão	Arroz, feijão preto, quibe assado + espinafre , salada repolho + manga	PTN	29,27	PTN	21,65
						LIP	15,12	LIP	11,10
LANCHE DA TARDE	Vitamina de frutas (banana+mamão) c/leite vegetal + biscoito de aveia com maçã	Leite vegetal + panqueca de banana com aveia	Suco Maçã integral+ salada de frutas (maçã, mamão e melão)	Creme de banana, maçã e leite vegetal	Leite vegetal com morango e banana batido	CALCIO	127,72	CALCIO	98,24
						FERRO	4,16	FERRO	3,07
JANTAR	Risoto de frango (cenoura, batata, milho) + rúcula + banana	Pure de batatas s/leite+ carne moída ao molho + escarola + salada de abobrinha + melancia	Arroz carreteiro + espinafre com cenoura, batata + salada de alface + pera	Polenta com almondegas ao molho salada de beterraba+ brócolis + mamão	Sopa de frango + mandioca+ beterraba+ abobrinha + espinafre + abacaxi	VITAMINA A	491,32	VITAMINA A	4591,31
						VITAMINA C	95,75	VITAMINA C	266,86
							Mg		Mg

BSA

OC

B.C.L.S.

Parência dos Santos Alves Garcia

Ligija Márcia Toledo Faria Vicente

Camile Consolino de Carvalho

Lidiane Correia Costa Stodóla

Bruna F. Kosciuryski
BRUNA KOSCIURYSKI
Nutricionista Controller

Mat. Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO Nº 781

Mat. Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO Nº 231

Mat. Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO Nº 1102

CRN 8º REGIÃO 6303 Coordenadora Operacional

CRN8 15180P



CARDÁPIO CMEI/ CEI 13 MESES À 2 ANOS E 11 MESES

APLV



	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
	20/fev	21/fev	22/fev	23/fev	24/fev	KCAL	Kcal	KCAL	Kcal
DEJEIUM	RECESSO	FERIADO	FERIADO	Creme de manga banana e aveia	Suco de uva integral+ panqueca colorida de couve s/leite	CHO	g	CHO	78,47 g
				Arroz integral, Feijão, Carne moída ao molho + rúcula, Polenta, salada cenoura + maçã	Arroz, feijão preto, Sobrecoca ao molho com cenoura, salada de brócolis + Goiaba	PTN	g	PTN	27,27 g
				Chá erva doce/cidreira + biscoito polvilho s/leite + laranja	Pure de abacate com banana	LIP	g	LIP	12,28 g
				Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata) + couve+laranja	Macarão com carne moída + brócolis refogado + mamão	CALCIO	Mg	CALCIO	86,61 Mg
LANCHE DA TARDE	JANTAR					FERRO	Mg	FERRO	2,22 Mg
						VITAMINA A	Mcg	VITAMINA A	352,89 Mcg
						VITAMINA C	Mg	VITAMINA C	97,92 Mg
						MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
DEJEIUM	27/fev	28/fev	01/mar	02/mar	03/mar	KCAL	Kcal	KCAL	Kcal
	Creme de banana, maçã e leite vegetal	Mingau de aveia com banana c/leite vegetal				CHO	g	CHO	100,47 g
ALMOÇO	Arroz, feijão preto, Carne bovina ao molho com mandioca + salada alface +laranja	Arroz, feijão carioca, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada alface				PTN	g	PTN	24,38 g
						LIP	g	LIP	15,55 g
LANCHE DA TARDE	Vitamina de frutas (banana+abacate) c/leite vegetal + biscoito de aveia com banana	Suco de uva integral+ panqueca colorida de cenoura s/leite				CALCIO	Mg	CALCIO	99,13 Mg
						FERRO	Mg	FERRO	3,42 Mg
JANTAR	Risoto de frango (cenoura, batata, milho) + rúcula + melão	Polenta, Carne moída ao molho abobrinha refogada + agrião+maçã				VITAMINA A	Mcg	VITAMINA A	1087,09 Mcg
						VITAMINA C	Mg	VITAMINA C	81,28 Mg

Observação: somente adicionar leite vegetal quando descrito no cardápio.

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

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

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

Lidiane Cordeiro Costa Stolfia
CRN 8º REGIÃO 6303 Coordenadora Operacional

Bruna F. Wozniak
ABRINA KOSCIUSKI
Nutricionista Controlar
CRN8 15180P