



CARDAPIO CMEI/ CEI 3 A 5 ANOS

APLV



| | SEGUNDA-FEIRA | TERÇA-FEIRA | QUARTA-FEIRA | QUINTA-FEIRA | SEXTA-FEIRA | MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ | | MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE | |
|-----------------|--|--|--|--|--|---------------------------------------|--------|---------------------------------------|--------|
| | 06/fev | 07/fev | 08/fev | 09/fev | 10/fev | KCAL | 741,65 | KCAL | 617,35 |
| | | | | | | CHO | 107,17 | CHO | 94,03 |
| DESJEJUM | Suco de abacaxi natural+ pão s/leite+ com ovo +mamão | Leite vegetal com maçã + bolo de laranja s/leite | Leite vegetal batido morango+ biscoito doce integral s/leite + banana | Café com leite vegetal + pão integral s/leite + creme vegetal | Vitamina de frutas (banana+abacaxi) c/leite vegetal + biscoito doce integral s/leite | PTN | 28,03 | PTN | 24,39 |
| | | | | | | LIP | 23,75 | LIP | 16,69 |
| ALMOÇO | Arroz, feijão preto, Carne ao molho, purê de batatas s/leite, salada beterraba | Arroz integral, feijão carioca, Frango assado(, sobrecoxa) milho e cenoura refogados + péra | Arroz, feijão preto, Omelete assado, legumes refogados(repolho c/cenoura refogados) + melão | Arroz, feijão carioca, Barreado, farinha mandioca + salada tomate e cebola+ banana | Arroz, feijão preto, Frango (sassami) ao molho, salada de abobrinha + manga | PTN | 28,03 | PTN | 24,39 |
| | | | | | | LIP | 23,75 | LIP | 16,69 |
| LANCHE DA TARDE | Suco integral de uva + Pipoca salgada + melão | Chá com leite vegetal + biscoito salgado integral s/leite + banana | Suco integral laranja + pão s/leite com creme vegetal | Leite vegetal com mamão + Bolo cenoura sem cobertura s/leite | Suco de abacaxi natural+ pão s/leite+ com ovo +melancia | CALCIO | 67,51 | CALCIO | 66,39 |
| | | | | | | FERRO | 3,63 | FERRO | 2,82 |
| JANTAR | Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata) +maçã | Arroz carreteiro com cenoura, batata + salada de tomate + laranja | Sopa de feijão, com batata, carne, cenoura + goiaba | Polenta+ frango ao molho+ salada de acelga + pera | Macarrão com carne moída + brócolis refogado + banana | VITAMINA A | 352,43 | VITAMINA A | 432,61 |
| | | | | | | VITAMINA C | 33,70 | VITAMINA C | 169,67 |
| | SEGUNDA-FEIRA | TERÇA-FEIRA | QUARTA-FEIRA | QUINTA-FEIRA | SEXTA-FEIRA | MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ | | MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE | |
| | 13/fev | 14/fev | 15/fev | 16/fev | 17/fev | KCAL | 699,36 | KCAL | 582,20 |
| DESJEJUM | Suco de abacaxi natural+ pão s/leite+ com ovo +melancia | Café com leite vegetal + biscoito salgado integral s/leite + péra | Suco integral uva, sanduiche de pão fatiado s/leite + creme vegetal + tomate+ alicace | Vitamina de frutas (banana+mamão) c/leite vegetal + biscoito doce integral s/leite | Leite vegetal com maçã+Bolo cenoura sem cobertura s/leite | CHO | 101,50 | CHO | 95,31 |
| | | | | | | PTN | 29,08 | PTN | 21,91 |
| ALMOÇO | Arroz, feijoadá com cubos de carne bovina, Farinha de mandioca + laranja | 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 (sassami) grelhado, salada de couve-flor+melão | Arroz, feijão preto, quibe assado, salada repolho + manga | LIP | 20,07 | LIP | 13,14 |
| | | | | | | PTN | 29,08 | PTN | 21,91 |
| LANCHE DA TARDE | Vitamina de frutas (banana+mamão) c/leite vegetal + biscoito doce integral s/leite | Suco integral de maçã+ bolo de fubá s/leite + mamão | Salada de frutas (maçã, mamão, melão) com avela | Chá com leite vegetal + pão s/leite + creme vegetal + maçã | Leite vegetal batido morango+ biscoito doce integral s/leite + banana | CALCIO | 98,75 | CALCIO | 70,28 |
| | | | | | | FERRO | 4,19 | FERRO | 2,90 |
| JANTAR | Risoto de frango (cenoura, batata, milho) + banana | Pure de batatas s/leite+ carne moída ao molho + salada de abobrinha + melancia | Arroz carreteiro com cenoura, batata + salada de alicace + pera | Polenta com almondegas ao molho salada de beterraba + mamão | Sopa de frango + mandioca+ beterraba+ abobrinha + abacaxi | VITAMINA A | 407,37 | VITAMINA A | 325,71 |
| | | | | | | VITAMINA C | 68,92 | VITAMINA C | 297,89 |

PA

EE

BCLS.

BRUNA KRSCHURSKI

Patricia dos Santos Alves Garcia
Mat Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO N°1781

Ligia Marcia Toledo Faria Vicente
Mat Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO N°2731

Camile Consentino de Carvalho
Mat Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO N°1102

Lidiane Correa Costa Sotela
CRN 8º REGIÃO 6303 Credenckiana Operacional

BRUNA KRSCHURSKI
Nutricionista Controlar
CRN8 15180P

CARDÁPIO CMEI/ CEI 3 A 5 ANOS

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 | 991,53 | KCAL | 691,21 |
| DESJEJUM | | | | Chá com leite vegetal + biscoito salgado integral s/leite + maçã | Suco integral de uva, Pão s/leite com ovo mexido, alface, cenoura ralada + bolo de laranja s/leite | CHO | 126,28 | CHO | 87,60 |
| | | | | | | PTN | 30,64 | PTN | 30,64 |
| ALMOÇO | RECESSO | FERIADO | FERIADO | Arroz integral, feijão carioca, Carne moída ao molho, Polenta, salada de cenoura + laranja | Arroz, feijão preto, Sobrecoxa ao molho com cenoura, salada de brócolis + goiaba | LIP | 33,88 | LIP | 27,93 |
| LANCHE DA TARDE | | | | Café com leite vegetal + pão integral s/leite + creme vegetal | Suco integral de uva, Pão s/leite com ovo mexido, alface, cenoura ralada + bolo de laranja s/leite | CALCIO | 142,13 | CALCIO | 87,47 |
| | | | | | | FERRO | 6,74 | FERRO | 2,45 |
| JANTAR | | | | Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata) + laranja | Macarrão com carne moída + brócolis refogado + mamão | VITAMINA A | 646,41 | VITAMINA A | 394,53 |
| | | | | | | VITAMINA C | 93,86 | VITAMINA C | 80,29 |
| | SEGUNDA-FEIRA 27/fev | TERÇA-FEIRA 28/fev | QUARTA-FEIRA 01/mar | QUINTA-FEIRA 02/mar | SEXTA-FEIRA 03/mar | MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ | | MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE | |
| DESJEJUM | Chá com leite vegetal + pão s/leite + creme vegetal + maçã | Suco integral de maçã+ bolo de fubá s/leite + melão | | | | KCAL | 719,75 | KCAL | 560,37 |
| | | | | | | CHO | 120,63 | CHO | 90,09 |
| 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 de alface | | | | PTN | 28,87 | PTN | 24,07 |
| | | | | | | LIP | 14,57 | LIP | 13,14 |
| LANCHE DA TARDE | Vitamina de frutas (banana+abacate) c/leite vegetal + biscoito doce integral s/leite | Suco de abacaxi natural+ pão s/leite+ com ovo +melancia | | | | CALCIO | 88,61 | CALCIO | 75,83 |
| | | | | | | FERRO | 1,62 | FERRO | 2,99 |
| JANTAR | Risoto de frango (cenoura, batata,milho) + melão | Polenta, Carne moída ao molho abobrinha refogada +maçã | | | | VITAMINA A | 220,25 | VITAMINA A | 606,56 |
| | | | | | | VITAMINA C | 54,34 | VITAMINA C | 61,43 |
| | | | | | | | Mg | | Mg |

Observação: somente adicionar leite vegetal quando descrito no cardápio.

PA

DE

BCLG.

Bianca F. Wozniak

Nutricionista Controlar

CRN 8° REGIÃO 6303 Coordenadora Operacional

Patrícia dos Santos Alves Garcia

Lígia Marcia Toledo Faria Vicente

Camille Consistino de Carvalho

Lidiane Correa Costa Stofila

CRN 8° REGIÃO 6303 Coordenadora Operacional

CRN 8° REGIÃO 6303 Coordenadora Operacional

CRN 8° REGIÃO 6303 Coordenadora Operacional