



CARDAPIO CMEI/ CEI 13 MESES À 2 ANOS E 11 MESES
APLV + OVO



	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL	
	06/fev	07/fev	08/fev	09/fev	10/fev	MANHÃ		TARDE	
DESEJUM	Suco de abacaxi natural+ frango desfiado + couve + mamão	Leite vegetal + maçã	Leite vegetal com morango e banana batido	Chá erva doce/cidreira + biscoito polvilho s/leite s/ovos + laranja	Vitamina de frutas (banana+abacaxi) c/leite vegetal + biscoito de aveia com maçã s/ovos	KCAL	721,59	KCAL	433,46
						CHO	105,25	CHO	75,39
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 + pêssego	Arroz, feijão preto, frango (sossani) ao molho + espinafre, legumes refogados(repolho c/cenoura) + melão	Arroz, feijão carioca, Barreado, farinha mandioca + salada tomate e cebola+couve+banana	Arroz, feijão preto, Frango (sossani) ao molho, salada de alface + manga	PTN	28,95	PTN	23,47
						LIP	18,94	LIP	10,23
LANCHE DA TARDE	Creme de manga,banana e aveia	Chá erva doce/cidreira + biscoito polvilho s/leite s/ovos + melão	Suco de Maracujá c/ couve + banana com aveia	Leite vegetal + mamão	Suco de abacaxi natural+ carne desfiada + couve + melancia	CALCIO	120,66	CALCIO	77,96
						FERRO	4,41	FERRO	2,36
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 c/macarrão s/ovos	Polenta+ frango ao molho+ salada de acelga + pera	Macarrão s/ovos com carne moída + brócolis refogado + banana	VITAMINA A	4690,85	VITAMINA A	477,68
						VITAMINA C	99,38	VITAMINA C	82,05
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL	
	13/fev	14/fev	15/fev	16/fev	17/fev	MANHÃ		TARDE	
DESEJUM	Suco de abacaxi natural+ Frango desfiado + 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 s/ovos	Leite vegetal + panqueca de banana com aveia s/ovos	KCAL	656,11	KCAL	575,06
						CHO	105,47	CHO	97,62
ALMOÇO	Arroz, Feijoad com cubos de carne bovina, Farinha de mandioca + laranja+ couve	Arroz, feijão carioca, Frango ao molho, jardineira de legumes (brócolis, cenoura, chuchu) + maçã	Macarrão s/ovos com molho de carne moída, salada de escarola + abacaxi	Arroz, feijão carioca, Frango (sossani) grelhado, salada de acelga + couve-flor + melão	Arroz, feijão preto, quibe assado s/ovos + espinafre, salada repolho + manga	PTN	28,62	PTN	20,40
						LIP	13,87	LIP	10,23
LANCHE DA TARDE	Vitamina de frutas (banana+mamão) c/leite vegetal + biscoito de aveia com maçã s/ovos	Leite vegetal + panqueca de banana com aveia s/ovos	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	119,88	CALCIO	94,70
						FERRO	3,96	FERRO	2,92
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 (s/ovos) ao molho salada de beterraba+ brócolis + mamão	Sopa de frango + mandioca+ beterraba+ abobrinha + espinafre + abacaxi	VITAMINA A	475,72	VITAMINA A	4606,72
						VITAMINA C	95,72	VITAMINA C	250,44

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

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

Camile Consistino de Carvalho
Mat Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO Nº1102

Lidiane Correia Costa Stefella
CRN 8º REGIÃO 6303 Coordenação Operacional

Bruna Kosciuszki
Nutricionista Controler
CRN8 15180P

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

APLV + OVO

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL	
	20/fev	21/fev	22/fev	23/fev	24/fev	MANHÃ		TARDE	
DESEJUM				Creme de manga, banana e aveia	Suco de uva integral+ panqueca colorida de couve s/leite s/ovos	KCAL	846,75	KCAL	523,93
						CHO	108,37	CHO	83,02
ALMOÇO	RECESSO	FERIADO	FERIADO	Arroz integral, Feijão, Carne moída ao molho + rúcula, Polenta, salada cenoura + maçã	Arroz, feijão preto, Sobrecoxa ao molho com cenoura, salada de brócolis + goiaba	PTN	26,50	PTN	25,75
				Chá erva doce/cidreira + biscoito polvilho s/leite s/ovos + laranja		LIP	22,24	LIP	13,44
LANCHE DA TARDE					Pure de abacate com banana	CALCIO	245,44	CALCIO	91,51
						FERRO	6,69	FERRO	1,60
JANTAR				Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata) + couve+laranja	Macarrão s/ovos com carne moída + brócolis refogado + mamão	VITAMINA A	11052,61	VITAMINA A	386,49
						VITAMINA C	123,45	VITAMINA C	134,31
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL	
	27/fev	28/fev	01/mar	02/mar	03/mar	MANHÃ		TARDE	
DESEJUM	Creme de banana, maçã e leite vegetal	Mingau de aveia com banana c/leite vegetal				KCAL	694,85	KCAL	602,45
						CHO	103,69	CHO	100,07
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	26,22	PTN	21,12
						LIP	16,48	LIP	13,32
LANCHE DA TARDE	Vitamina de frutas (banana+abacate) c/leite vegetal + biscoito de aveia com banana s/ovos	Suco de uva integral+ panqueca colorida de cenoura s/leite s/ovos				CALCIO	81,91	CALCIO	88,63
						FERRO	3,94	FERRO	3,03
JANTAR	Risoto de frango (cenoura, batata,milho) + rúcula + melão	Polenta, Carne moída ao molho abobrinha refogada + agrião+maçã				VITAMINA A	147,94	VITAMINA A	10851,38
						VITAMINA C	59,56	VITAMINA C	61,28

Aluno: Miguel de Freitas Correia – Rosário

PA

DE

bolc.s.

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

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

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

Lidiane Correa Costa Stofella
CRN 8º REGIÃO 6303 Coordenadora Operacional

Bruno F. Kosciorowski
Nutricionista Controler
CRN8 15180P