

CARDAPIO CMEI/ CEI 3 A 5 ANOS

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+ pão s/leite s/ovo+ com frango desfiado +mamão	Leite vegetal com maçã + bolo de laranja s/leite s/ovos	Leite vegetal batido morango+ biscoito doce integral s/leite s/ovos + banana	Café com leite vegetal + pão integral s/leite s/ovos + creme vegetal	Vitamina de frutas (banana+abacaxi) c/leite vegetal + biscoito doce integral s/leite s/ovos	KCAL	741,65	KCAL	652,63
						CHO	107,17	CHO	104,19
						PTN	28,03	PTN	24,51
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 + pera	Arroz, feijão preto, salsami ao molho, legumes refogados(repolho c/ cenoura refogados) + melão	Arroz, feijão carioca, Barreado, farinha mandioca + salada tomate e cebola+ banana	Arroz, feijão preto, Frango (salsami) ao molho, salada de abobrinha + manga	LIP	23,75	LIP	15,77
						PTN	28,03	PTN	24,51
						LIP	23,75	LIP	15,77
LANCHE DA TARDE	Suco integral de uva + Pipoca salgada + melão	Chá com leite vegetal + biscoito salgado integral s/leite s/ovos + banana	Suco integral laranja + pão s/leite s/ovos com creme vegetal	Leite vegetal com mamão + Bolo cenoura sem cobertura s/leite s/ovos	Suco de abacaxi natural+ pão s/leite s/ovo+ com carne desfiada +melancia	CALCIO	67,91	CALCIO	53,74
						FERRO	3,63	FERRO	2,49
JANTAR	Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata) +maçã	Arroz carreteiro com cenoura, batata + salada de tomate + laranja	Sopa de feijão c/macarrão s/ovos, com batata, carne, cenoura + goiaba	Potentat+ Frango ao molho+ salada de azeite + pera	Macarrão s/ovos com carne moída + brócolis refogado + banana	VITAMINA A	352,43	VITAMINA A	393,01
						VITAMINA C	33,70	VITAMINA C	169,36
						Mg		Mg	
SEGUNDA-FEIRA	13/fev	TERÇA-FEIRA	14/fev	QUARTA-FEIRA	15/fev	QUINTA-FEIRA	16/fev	SEXTA-FEIRA	17/fev
DESEJUM	Suco de abacaxi natural+ pão s/leite s/ovo+ com frango desfiado +melancia	Café com leite vegetal + biscoito salgado integral s/leite s/ovos + pera	Suco integral uva, sanduiche de pão fritoado s/leite s/ovos + creme vegetal + tomate+ alface	Vitamina de frutas (banana+mamão) c/leite vegetal + biscoito doce integral s/leite s/ovos	Leite vegetal com maçã+Bolo cenoura sem cobertura s/leite s/ovos	KCAL	746,82	KCAL	585,91
						CHO	115,30	CHO	101,35
						PTN	28,83	PTN	21,17
ALMOÇO	Arroz, Feijoad com cubos de carne bovina, Farinha de mandioca + laranja	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 (salsami) grelhado, salada de couve-flor+melão	Arroz, feijão preto, quibe assado s/ovo , salada repolho + manga	PTN	28,83	PTN	21,17
						LIP	19,04	LIP	13,31
						PTN	28,83	PTN	21,17
LANCHE DA TARDE	Vitamina de frutas (banana+mamão) c/leite vegetal + biscoito doce integral s/leite s/ovos	Suco integral de maçã+ bolo de tubã s/leite s/ovos + mamão	Salada de frutas (maçã, mamão, melão) com aveia	Chá com leite vegetal + pão s/leite s/ovos + creme vegetal+ maçã	Leite vegetal batido morango+ biscoito doce integral s/leite s/ovos + banana	CALCIO	86,89	CALCIO	65,47
						FERRO	3,77	FERRO	2,89
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 alface + pera	Potentia com almondegas ao molho salada de beterraba + mamão	Sopa de frango + mandioca+ beterraba+ abobrinha + abacaxi	VITAMINA A	318,72	VITAMINA A	318,58
						VITAMINA C	69,50	VITAMINA C	241,94
						Mg		Mg	

Particia 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 Consolino de Carvalho
Mat Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO Nº1102

Lidiane Correa Costa Stefella
CRN 8º REGIÃO 6303 Coordenadora Operacional

BRUNA KOSCIURESKI
Nutricionista Controler
CRN8 15180P

CARDÁPIO CMEI/ CEI 3 A 5 ANOS
APLV + OVO

	SEGUNDA-FEIRA 20/fev	TERÇA-FEIRA 21/fev	QUARTA-FEIRA 22/fev	QUINTA-FEIRA 23/fev	SEXTA-FEIRA 24/fev	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
DEJEIUM				Chá com leite vegetal + biscoito salgado integral s/leite s/ovos + maçã	Suco integral de uva, Pão s/leite s/ovos com frango desfiado, alface, cenoura ralada + bolo de laranja s/leite s/ovos	KCAL 1062,63 CHO 132,79	Kcal 746,67 CHO 94,68 g 9
ALMOÇO	RECESSO	FERIADO	FERIADO	Arroz integral, feijão carioca, Carne moída ao molho, Polenta, salada de cenoura + laranja	Arroz, feijão preto, Sobrecoca ao molho com cenoura, salada de brócolis + goiaba	PTN 29,83 LIP 39,44	g 9 LIP 33,38 g 9
LANCHE DA TARDE				Café com leite vegetal + pão integral s/leite s/ovos + creme vegetal	Suco integral de uva, Pão s/leite s/ovos com frango desfiado, alface, cenoura ralada + bolo de laranja s/leite s/ovos	CALCIO 120,29 FERRO 5,98	Mg 60,90 Mg 1,46 Mg 9
JANTAR				Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata) + laranja	Macarrão s/ovos com carne moída + brócolis refogado + mamão	VITAMINA A 608,90 VITAMINA C 97,35	Mcg 355,06 Mg 81,95 Mg 9
	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
DEJEIUM	Chá com leite vegetal + pão s/leite s/ovos + creme vegetal+ maçã	Suco integral de maçã+ bolo de fubá s/leite s/ovos + melão				KCAL 775,41 CHO 129,69	Kcal 652,93 CHO 98,63 g 9
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 26,14 LIP 22,27	g 9 LIP 20,67 g 9
LANCHE DA TARDE	Vitamina de frutas (banana+abacate) c/leite vegetal + biscoito doce integral s/leite s/ovos	Suco de abacaxi natural+ pão s/leite s/ovo+ com frango desfiado +melancia				CALCIO 75,82 FERRO 3,44	Mg 66,79 Mg 2,69 Mg 9
JANTAR	Risoto de frango (cenoura, batata,milho) + melão	Polenta, Carne moída ao molho abobrinha refogada +maçã				VITAMINA A 200,54 VITAMINA C 54,34	Mcg 587,25 Mg 439,85 Mg 9

Aluno: Bernardo Kuhl dos Santos – Paulo Freire

Patricia dos Santos Alves Garcia
Mat Funcional nº 7893 CRN 8º REGIAO Nº7781

Ligia Marcia Toledo Faria Vicente
Mat Funcional nº 11146 CRN 8º REGIAO Nº9731

Camile Consentino de Carvalho
Mat Funcional nº 7894 CRN 8º REGIAO Nº1107

Lidiane Correa Costa Stofella
CRN 8º REGIAO 6303 Coordenadora Operacional

Bruna F. Kosciniuk
NUTRICIONISTA CONTROLLER
CRNN 15160P