



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



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				
Desjejum	Suco de abacaxi natural+ ovos mexidos com couve + mamão	Leite + maçã	Iogurte natural com morango e banana batido	Chá erva doce/cidreira + biscoito polvilho + laranja	Vitamina de frutas (banana+abacate) + biscoito de aveia com maçã	KCAL	822,21	Kcal	570,75
						CHO	114,94	g	94,02
Almoço	Arroz, feijão preto, Carne ao molho + couve, purê de batatas, salada beterraba	Arroz integral, feijão carioca, Frango assado(sobrecoxa) creme de milho + rúcula + pera	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 (sassam) ao molho, salada de alface + manga	PTN	32,47	g	26,50
						LIP	27,72	g	11,86
Lanche	Creme de manga,banana e aveia	Chá erva doce/cidreira + biscoito polvilho + melão	Suco de Maracujá c/ couve + banana com aveia	Leite + mamão	Suco de abacaxi natural+ ovos mexidos c/ couve + melância	CALCIO	325,87	Mg	144,10
						FERRO	4,47	Mg	3,34
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 acelga + pera	Macarrão com carne moída + brócolis refogado + banana	VITAMINA A	4637,70	Mcg	741,65
						VITAMINA C	90,67	Mg	187,24
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				
Desjejum	Suco de abacaxi natural+ ovos mexidos com couve + melância	Pure de abacate com banana	Suco de Maracujá c/ couve + banana com aveia	Vitamina de frutas (banana+mamão) + biscoito de aveia com maçã	Leite + panqueca de banana com aveia	KCAL	706,55	Kcal	588,92
						CHO	110,36	g	92,00
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 (sassam) grelhado, salada de acelga + couve-flor + melão	Arroz, feijão preto, quibe assado + espinafre, salada repolho + manga	PTN	32,69	g	28,06
						LIP	16,99	g	14,21
Lanche	Vitamina de frutas (banana+mamão) + biscoito de aveia com maçã	Leite + panqueca de banana com aveia	Suco de Maçã integral+ salada de frutas (maçã, mamão e melão)	Creme de banana, maçã e leite	Iogurte natural com morango e banana batido	CALCIO	222,16	Mg	323,80
						FERRO	4,60	Mg	2,98
Jantar	Risoto de frango (cenoura, batata,milho) + rúcula + banana	Pure de batatas+ carne moída ao molho + escarola + salada de abobrinha + melância	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	527,43	Mcg	521,04
						VITAMINA C	95,92	Mg	302,89

PSA

Patrícia dos Santos Alves Garcia

Mai Funcional nº 7893 CREN 8º REGIÃO Nº1781

OE

Ligia Marcia Toledo Faria Vicente

Mai Funcional nº 11146 CREN 8º REGIÃO Nº2321

6.6.6.5

Camille Consolino de Carvalho

Mai Funcional nº 7894 CREN 8º REGIÃO Nº1102

BRUNA KOSCIURESKI

Lidiane Correa Costa Stofilia

CRN 8º REGIÃO 6303 Coordenadora Operacional

BRUNA KOSCIURESKI

Nutricionista Controller

CRN8 15180P



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



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	
Desjejum				Creme de manga,banana e aveia	Suco de uva integral+ panqueca colorida de couve	KCAL	865,12	KCAL	541,82
						CHO	113,23	CHO	81,07
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 + goiabá	PTN	30,42	PTN	27,27
						LIP	24,46	LIP	15,44
Lanche				Chá ervas doces/cidreira + biscoito polvilho + laranja	Pure de abacate com banana	CALCIO	257,18	CALCIO	89,35
						FERRO	7,10	FERRO	1,91
Jantar				Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata) + couve+laranja	Macarrão com carne moída + brócolis refogado + mamão	VITAMINA A	11075,81	VITAMINA A	5990,29
						VITAMINA C	85,22	VITAMINA C	97,92
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	
Desjejum	Creme de banana, maçã e leite	Mingau de aveia com banana				KCAL	676,34	KCAL	764,74
						CHO	102,02	CHO	119,80
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	29,36	PTN	32,30
						LIP	18,53	LIP	19,52
Lanche	Vitamina de frutas (banana+abacate) + biscoito de aveia com banana	Suco de uva integral+ panqueca colorida de cenoura				CALCIO	270,63	CALCIO	286,85
						FERRO	3,70	FERRO	3,95
Jantar	Risoto de frango (cenoura, batata,milho) + rúcula + melão	Polenta, Carne moída ao molho abobrinha refogada + agrião+maçã				VITAMINA A	334,67	VITAMINA A	10837,81
						VITAMINA C	72,46	VITAMINA C	55,07
						Mg		Mg	

PA

Patricia dos Santos Alves Garcia

Mat. Funcional nº 7893 CREN 8º REGIÃO Nº1781

OE

Ligia Maria Toledo Faria Vicente

Mat. Funcional nº 11146 CREN 8º REGIÃO Nº2121

b.c.c.s.

Camile Consolino de Carvalho

Mat. Funcional nº 7894 CREN 8º REGIÃO Nº1102

Bianca Koscurski

Lidiane Correa Costa Stofella

CRN 8º REGIÃO 6033 Coordenadora Operacional

Bianca Koscurski

BRUNA KOSCURSKI

Nutricionista Consultor

CRN8 15180P