

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	840,59	KCAL	663,64	
DESEJUM	Suco de abacaxi natural+ pão s/lactos s/glúten s/ovos + com frango desfiado +mamão	Leite s/lactose com maçã + bolo de laranja s/lactose s/glúten s/ovos	logurte morango s/lactose + biscoito doce integral s/lactose s/glúten s/ovo + banana	Café com leite s/lactose + pão integral s/lactose s/glúten s/ovos +queijo s/lactose e margarina s/lactose	Vitamina de frutas (banana+abacate) c/leite s/lactose+ biscoito doce integral s/lactose s/glúten s/ovos	CHO	120,74	CHO	106,71	
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, sassami ao molho, 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	37,00	PTN	28,50	
LANCHE DA TARDE	Suco integral de uva + Pipoca salgada + melão	Chá com leite s/lactose + biscoito salgado integral s/lactose s/glúten/ovos + banana	Suco integral laranja + pão s/lactose s/ovos s/glúten com requêijão s/lactose	Leite s/lactose com mamão + Bolo cenoura sem cobertura s/lactose s/glúten s/ovos	Suco de abacaxi natural+ pão s/lactos s/glúten s/ovos + com carne desfiada +melancia	LIP	27,67	LIP	16,98	
						CALCIO	346,86	Mg	CALCIO	139,13
JANTAR	Cania (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata) +maçã	Arroz carreteiro com cenoura, batata + salada de tomate + laranja	Sopa de feijão c/ macarrão s/ glúten s/ovos, com batata, carne, cenoura + goiaba	Polenta+ frango ao molho+ salada de azeitã + pera	Macarrão s/ovos s/glúten com carne moída + brócolis refogado + banana	FERRO	4,13	Mg	FERRO	2,51
						VITAMINA A	354,83	Mcg	VITAMINA A	425,41
						VITAMINA C	42,28	Mg	VITAMINA C	188,84
	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	907,39	KCAL	648,77	
DESEJUM	Suco de abacaxi natural+ pão s/lactos s/glúten s/ovos + com frango desfiado +melancia	Café com leite s/lactose + biscoito salgado integral s/lactose s/glúten s/ovos + péra	Suco integral uva, sanduíche de pão fatiado s/lactose s/ovos s/glúten+ queijo s/lactose + tomate+ alicace	Vitamina de frutas (banana+mamão) c/leite s/lactose+ biscoito doce integral s/lactose s/glúten s/ovos	Leite s/lactose com maçã+Bolo cenoura sem cobertura s/lactose s/glúten s/ovo	CHO	141,75	CHO	11,59	
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 s/glúten 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 s/ovo s/glúten, salada repolho + manga	PTN	37,22	PTN	24,78	
LANCHE DA TARDE	Vitamina de frutas (banana+mamão) c/leite s/lactose+ biscoito doce integral s/lactose s/glúten s/ovos	Suco integral de maçã+ bolo de tuba s/lactose s/glúten s/ovos + mamão	Salada de frutas (maçã, mamão, melão) com aveia	Chá com leite s/lactose + pão s/lactose s/glúten s/ovo + manteiga s/lactose+ maçã	logurte morango s/lactose + biscoito doce integral s/lactose s/glúten s/ovo + banana	LIP	21,33	LIP	17,28	
						CALCIO	300,95	Mg	CALCIO	188,63
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	FERRO	3,97	Mg	FERRO	2,18
						VITAMINA A	212,76	Mcg	VITAMINA A	311,38
						VITAMINA C	59,59	Mg	VITAMINA C	231,61

PM

OE

P.C.C.S.

Patrícia dos Santos Alves Garcia

Lígia Maria Toledo Faria Vicente

Camile Consenso de Carvalho

Lidiane Correa Costa Stolela

Bruna F. Kosciurenski

Mat Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO N°1781

Mat Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO N°2321

Mat Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO N°1102

CRN 8º REGIÃO 6303 Coordenador Operacional

CRN8 15180P

Nutricionista Controlar

CARDÁPIO CMEI/ CEI 3 A 5 ANOS INTOLERÂNCIA A LACTOSE + GLÚTEN + OVO

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		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
DESEJUM	RECESSO	FERIADO	FERIADO	Chá com leite s/lactose + biscoito salgado integral s/lactose s/glúten/s/ovos + maçã	Suco integral de uva, Pão s/lactose s/ovos s/glúten com frango desfiado, alface,cenoura ralada + bolo de laranja s/lactose s/ovos s/glúten	KCAL	1068,00	Kcal		KCAL	793,65	Kcal	
ALMOÇO				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	PTN	37,61	g		PTN	34,16	g	
LANCHE DA TARDE					Café com leite s/lactose + pão integral s/lactose s/glúten s/ovos +queijo s/lactose e margarina s/lactose	Suco integral de uva, Pão s/lactose s/ovos s/glúten com frango desfiado, alface,cenoura ralada + bolo de laranja s/lactose s/ovos s/glúten	FERRO	6,43	Mg		FERRO	1,48	Mg
JANTAR					Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata) +laranja	Macarrão s/ovos s/glúten com carne moída + brócolis refogado + mamão	VITAMINA A	608,90	Mcg		VITAMINA A	358,91	Mcg
							VITAMINA C	101,46	Mg		VITAMINA C	86,06	Mg
SEGUNDA-FEIRA		TERÇA-FEIRA		QUARTA-FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
27/fev		28/fev		01/mar		02/mar		03/mar					
DESEJUM	Chá com leite s/lactose + pão s/lactose s/glúten s/ovo + manteiga s/lactose+ maçã	Suco integral de maçã+ bolo de fubá s/lactose s/glúten s/ovos + melão				KCAL	835,31	Kcal		KCAL	683,18	Kcal	
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				CHO	129,54	g		CHO	103,77	g	
LANCHE DA TARDE	Vitamina de frutas (banana+abacate) c/leite s/lactose+ biscoito doce integral s/lactose s/glúten s/ovos	Suco de abacaxi natural+ pão s/lactos s/glúten s/ovos + com frango desfiado +melancia				PTN	29,73	g		PTN	29,40	g	
JANTAR	Risoto de frango (cenoura, batata,milho) + melão	Polenta, Carne moída ao molho abobrinha refogada +maçã				LIP	31,67	g		LIP	22,11	g	
						CALCIO	172,02	Mg		CALCIO	187,30	Mg	
						FERRO	3,44	Mg		FERRO	2,71	Mg	
						VITAMINA A	200,54	Mcg		VITAMINA A	605,81	Mcg	
						VITAMINA C	54,34	Mg		VITAMINA C	441,15	Mg	

Aluno: Raul Felipe Alves Ferreira – Anita Raby

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

Ligia Marcia Toledo Faria Vicente
Mat Funcional nº 11146 CRN 8º REGIAO
Nº2121

Camila Consentino de Carvalho
Mat Funcional nº 7894 CRN 8º REGIAO
Nº1102

Lidiane Correa Costa Stojella
CRN 8º REGIAO 6303 Coordenadora
Operacional

Bruna F. Kosciubinski
BRUNA KOSCIUBESKI
Nutricionista Controller
CRN8 151.80P