

CARDAPIO CMEI/ CEI 3 A 5 ANOS

SEM OVO

	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	Kcal	KCAL	Kcal
DESJEJUM	Suco de abacaxi natural+ pão s/ovos+ com frango desfiado +mamão	Leite com maçã + bolo de laranja s/ovos	Logurte morango+ biscoito doce integral s/ovo + banana	Café com leite + pão integral s/ovos +queijo e margarina	Vitamina de frutas (banana+abacate) + biscoito doce integral s/ovos	CHO 111,32	9	CHO 96,27	9
ALMOÇO	Arroz, feijão preto, Carne ao molho, purê de batatas, salada beterraba	Arroz integral, feijão carioca, Frango assado(sobrecoxa) creme de milho + péra	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	PTN 35,38	9	PTN 27,84	9
						LIP 34,71	9	LIP 16,84	9
LANCHE DA TARDE	Suco integral de uva + Pipoca salgada + melão	Chá com leite + biscoito salgado integral s/ovos+ banana	Suco integral laranja + pão s/ovos com requeijão	Leite com mamão + Bolo cenoura sem cobertura s/ovos	Suco de abacaxi natural+ pão s/ovos+ com carne desfiada +melancia	CALCIO 333,41	Mg	CALCIO 129,61	Mg
						FERRO 3,76	Mg	FERRO 2,65	Mg
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 + goliaba	Polenta+ frango ao molho+ salada de açafrão + pera	Macarrão s/ovos com carne moída + brócolis refogado + banana	VITAMINA A 464,45	Mcg	VITAMINA A 538,62	Mcg
						VITAMINA C 33,70	Mg	VITAMINA C 188,64	Mg
	SEGUNDA-FEIRA 13/fev	TERÇA-FEIRA 14/fev	QUARTA-FEIRA 15/fev	QUINTA-FEIRA 16/fev	SEXTA-FEIRA 17/fev	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
DESJEJUM	Suco de abacaxi natural+ pão s/ovos+ com frango desfiado +melancia	Café com leite + biscoito salgado integral s/ovos + péra	Suco integral uva, sanduiche de pão frito s/ovo + queijo + tomate+ alface	Vitamina de frutas (banana+mamão) + biscoito doce integral s/ovos	Leite com maçã+Bolo cenoura sem cobertura s/ovos	KCAL 771,04	Kcal	KCAL 653,69	Kcal
						CHO 116,32	9	CHO 106,77	9
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 34,88	9	PTN 25,41	9
						LIP 20,15	9	LIP 17,98	9
LANCHE DA TARDE	Vitamina de frutas (banana+mamão) + biscoito doce integral s/ovos	Suco integral de maçã+ bolo de fubá s/ovos + mamão	Salada de frutas (maçã, mamão, melão) com aveia	Chá com leite + pão s/ovos + manteiga+ maçã	Logurte morango+ biscoito doce integral s/ovo + banana	CALCIO 291,23	Mg	CALCIO 226,19	Mg
						FERRO 4,25	Mg	FERRO 2,34	Mg
JANTAR	Risoto de frango (cenoura, batata, milho) + banana	Pure de batatas+ carne moída ao molho + salada de abobrinha + melancia	Arroz carreteiro com cenoura, batata + salada de alface + pera	Polenta com almondegas ao molho salada de beterraba + mamão	Sopa de frango + mandioca+ beterraba+ abobrinha + abacaxi	VITAMINA A 472,00	Mcg	VITAMINA A 399,38	Mcg
						VITAMINA C 63,74	Mg	VITAMINA C 266,11	Mg

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

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

Cantile Consenso de Carvalho
Matr Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO Nº1102

Lidiane Correa Costa Stofella
CRN 8º REGIÃO 6303 Coordenadora Operacional

BRUNA KOSCIURESKI
Nutricionista Controller
CRN8 15180P



CARDAPIO CMEI/ CEI 3 A 5 ANOS
SEM OVO

SEGUNDA-FEIRA		TERÇA-FEIRA		QUARTA-FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL												
20/fev		21/fev		22/fev		23/fev		24/fev		MANHÃ		TARDE										
DESEJUM	RECESSO	FERIADO	FERIADO	Chá com leite + biscoito salgado integral s/ovos+ maçã		Suco integral de uva, Pão s/ovos com frango desfiado, alface,cenoura ralada + bolo de laranja s/ovos		KCAL	953,01	Kcal	KCAL	712,65	Kcal									
								CHO	149,38	g	CHO	91,68	g									
								PTN	32,68	g	PTN	28,88	g									
ALMOÇO				LANCHE DA TARDE	JANTAR	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	30,78	g	LIP	33,86	g							
						Café com leite + pão integral s/ovos +queijo e margarina		Suco integral de uva, Pão s/ovos com frango desfiado, alface,cenoura ralada + bolo de laranja s/ovos		CALCIO	211,25	Mg	CALCIO	208,61	Mg							
						Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata) +laranja		Macarrão s/ovos com carne moída + brócolis refogado + mamão		FERRO	6,08	Mg	FERRO	1,43	Mg							
JANTAR				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	
									Chá com leite + pão s/ovos + manteiga+ maçã		Suco integral de maçã+ bolo de fubá s/ovos + melão								KCAL	816,44	Kcal	KCAL
DESEJUM				ALMOÇO	LANCHE DA TARDE	JANTAR	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	KCAL	122,71	g	CHO	93,00	g					
	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	28,30	g	PTN	27,44	g					
	Vitamina de frutas (banana+abacate) + biscoito doce integral s/ovos		Suco de abacaxi natural+ pão s/ovos+ com frango desfiado +melancia									LIP	28,75	g	LIP	21,40	g					
JANTAR	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				
						Risoto de frango (cenoura, batata,milho) + melão		Polenta, Carne moída ao molho abobrinha refogada +maçã								VITAMINA A	312,05	Mcg	VITAMINA A	620,86	Mcg	

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

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

fol. 65.
Camile Consentino de Carvalho
Mat Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO Nº1102

fol. 65.
Lidiane Correia Costa Stofella
CRN 8º REGIÃO 6303 Coordenadora Operacional

Bruna T. Wozniak
BRUNA KOSCIURSKI
Nutricionista Coordenadora
CRN 8 151897