

SEMI LACTOSE

Dia	Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	13/3/2024	
							SEMI LACTOSE	SEMI LACTOSE
Desjejum 7:30H/8:30H							Arroz, Feijão preto, Frango (salsami) ao molho + salada de alicha + maçã	Arroz, Feijão preto, Frango (salsami) ao molho + salada de alicha + maçã
Almoço 10:30H/11:30H							Arroz, Feijão preto, Frango (salsami) ao molho + salada de alicha + maçã	Arroz, Feijão preto, Frango (salsami) ao molho + salada de alicha + maçã
Lanche 14:30H/14:30H							Arroz, Feijão preto, Frango (salsami) ao molho + salada de alicha + maçã	Arroz, Feijão preto, Frango (salsami) ao molho + salada de alicha + maçã
Jantar 16:00H/16:30H							Arroz, Feijão preto, Frango (salsami) ao molho + salada de alicha + maçã	Arroz, Feijão preto, Frango (salsami) ao molho + salada de alicha + maçã
Desjejum 7:30H/8:30H							Arroz, Feijão preto, Frango (salsami) ao molho + salada de alicha + maçã	Arroz, Feijão preto, Frango (salsami) ao molho + salada de alicha + maçã
Almoço 10:30H/11:30H							Arroz, Feijão preto, Frango (salsami) ao molho + salada de alicha + maçã	Arroz, Feijão preto, Frango (salsami) ao molho + salada de alicha + maçã
Lanche 14:30H/14:30H							Arroz, Feijão preto, Frango (salsami) ao molho + salada de alicha + maçã	Arroz, Feijão preto, Frango (salsami) ao molho + salada de alicha + maçã
Jantar 16:00H/16:30H							Arroz, Feijão preto, Frango (salsami) ao molho + salada de alicha + maçã	Arroz, Feijão preto, Frango (salsami) ao molho + salada de alicha + maçã

CMEI

ALMOÇO

Observações: Leite, Biscoitos, farinhas, cereais(farveta) sem traços de lactose

Patricia dos Santos Alves Garcia

Ligia Marcia Toledo Faria Vicente

Camille Consentino de Carvalho

Lidiane Garcia Costa Saldade

Ananda Galvão

Mat Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO Nº1781

Mat Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO Nº2321

Mat Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO Nº1102

Coordenação Operacional

Supervisão Operacional



# CMEI / CEI DE 13 MESES A 2 ANOS E 11 MESES - CARDÁPIO MARÇO/2024






## SEM LACTOSE

	SEGUNDA 19/3/2024	TERÇA 19/3/2024	QUARTA 20/3/2024	QUINTA 21/3/2024	SEXTA 22/3/2024	SEXTA SEMANA VALOR NUTRICIONAL MÉDIA	SEXTA SEMANA VALOR NUTRICIONAL FAZENDA
Desjejum 7:30H/8:00H	Mingau de banana com aveia com leite sem lactose	Leite sem lactose com mamão + tapioca de coco com leite sem lactose	Suco de maracujá + torta de frango com legumes sem lactose + melão picado	Iogurte sem lactose com morango e banana batido	Suco de abacaxi natural + pizza de tapioca sem lactose + bolo de banana sem açúcar sem lactose	KCAL 206 CHO 151 PTN 40 LP 15	KCAL 511 CHO 111 PTN 16 LP 12
Almogo 10:30H/11:00H	Arroz, Feijão preto, Carne bovina ao molho com mandioca + salada alface + maçã	Arroz, Feijão carioca, Omelete assado + legumes refogados (abobora e chuchu) + espinafre + melão	Arroz, Feijão preto, Borneado + farofa de banana da terra + couve + salada tomate e cebola + laranja	Arroz colorido, Feijão carioca, Peixe ao molho + pitão do molho de peixe + salada de alface	Risoto de frango (batata, cenoura, frango, milho) + escarola + salada de beterraba + melancia	DALCO 381 FERRO 4 VITAMINA A 28 VITAMINA C 19	DALCO 104 FERRO 3 VITAMINA A 826 VITAMINA C 17
Lanche 14:00H/14:30H	Suco de abacaxi natural + pizza de tapioca sem lactose + laranja picada	Iogurte sem lactose com morango e banana batido	Leite sem lactose com banana + pão de queijo vegano	Suco de maracujá + torta de frango com legumes sem lactose	Suco de abacaxi natural + pizza de tapioca sem lactose + bolo de banana sem açúcar sem lactose	VITAMINA A 28 VITAMINA C 19	VITAMINA A 826 VITAMINA C 17
Jantar 16:00H/16:30H	Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata) + couve	Arroz, carreteiro (cenoura, batata, carne iscas, ervilha) + espinafre + salada de cenoura + péra	Quijeta + Frango ao molho + abobrinha refogada + agrião + mamão	Purê de batatas sem leite + Carne moída ao molho + escarola + salada de repolho + melancia	Polenta + Carne moída ao molho + salada de acelga + maçã	SEXTA SEMANA VALOR NUTRICIONAL MÉDIA	
Desjejum 7:30H/8:00H	Suco de abacaxi natural + pizza de tapioca sem lactose + maçã picada	Suco de uva integral + panqueca colorida de beterraba sem lactose	Leite sem lactose com mamão + pão de queijo vegano	Suco de uva integral + ovo mexido + bolo de banana sem açúcar sem lactose	Polenta + Carne moída ao molho + salada de acelga + maçã	KCAL 113 CHO 151 PTN 40 LP 15	KCAL 512 CHO 161 PTN 23 LP 11
Almogo 10:30H/11:00H	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho + jardineira de legumes (brocolis + couve-flor + cenoura) + melancia	Arroz integral, Feijão preto, Carne moída com legumes (batata e cenoura) + agrião + salada alface + maçã	Arroz, Feijão carioca, Ovos mexidos + abobora refogada + couve + mamão	Macarão parafuso, Frango ao molho desfiado + espinafre + salada de tomate + goiabá	FERRADO		
Lanche 14:00H/14:30H	Chá erva doce/cidreira + biscoito polvilho sem lactose + péra	Suco de maçã integral + Salada de frutas (laranja, melão, mamão)	Creme de banana c/ cacau e leite sem lactose	Suco de uva integral + ovo mexido + bolo de banana sem açúcar sem lactose	FERRADO		
Jantar 16:00H/16:30H	Arroz carreteiro (cenoura, batata, carne iscas, ervilha) + espinafre + salada de cenoura	Polenta+ Frango ao molho+ salada de acelga + melão	Risoto de frango (cenoura, batata, milho, frango) + rúcula + salada de repolho + maçã	Quijeta + Carne moída ao molho + abobrinha refogada + agrião + melancia	FERRADO		

Observações: Leite, Biscoitos, farinhas, cereais(faveis) sem traços de lactose

ALUNO


  
 Patrcia dos Santos Alves Garcia
   
 Lígia Marcar Toledo Faria Vicente
   
 Camille Consistino de Carvalho
   

  
 Edineia Gomes Costa Suelles
   
 CRN 8.6393
   
 Coordenadora Operacional
   

  
 Anabela Galvão
   
 CRN 8.1191
   
 Nutricionista, Gerente Operacional

Mai Funcional nº 7893 CRN nº REGIÃO Nº1781

Mai Funcional nº 7894 CRN nº REGIÃO Nº2321

Mai Funcional nº 7894 CRN nº REGIÃO Nº1102



CMEI / CEI DE 13 MESES A 2 ANOS E 11 MESES – CARDÁPIO MARÇO 2024  
DIABETES



MOMENTO	SEGUNDA 4/3/2024	TERÇA 5/3/2024	QUARTA 6/3/2024	QUINTA 7/3/2024	SEXTA 8/3/2024	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MARÇO					
						MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MARÇO	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL Fevereiro				
Desjejum 7:30H/8:00H					Suco de maçã integral + Salada de frutas (uva, laranja, mamão)	KCAL	824	KCAL	445	Kcal	
						CHO	105	CHO	68	g	9
Almogo 10:30H/11:00H					Arroz integral, Feijão com cubos de carne bovina + farofa de cenoura + couve + laranja	PNH	40	PNH	24	g	5
						LP	25	LP	10	g	9
Lanche 14:00H/14:30H					Iogurte natural com morango e banana batido	CALCO	481	CALCO	124	Mg	
						FERRD	6	FERRD	3	Mg	
Jantar 16:00H/16:30H					Macarrão integral com frango + legumes refogados (brócolis e cenoura)	VITAMINA A	138	VITAMINA A	255	Mg	
						VITAMINA C	10	VITAMINA C	124	Mg	
Desjejum 7:30H/8:00H	Cfã enva doce/cidreira com adoçante + biscoito polvilho + maçã picada	Leite desnatado com maçã com adoçante + panqueca de banana com aveia	Suco de maracujá com adoçante + lora de frango com legumes	Vitamina de abacate e banana com aveia com leite desnatado adoçante	Suco de maçã integral + Salada de frutas (laranja, melão, mamão)	KCAL	794	KCAL	412	Kcal	
						CHO	118	CHO	68	g	9
Almogo 10:30H/11:00H	Macarrão integral com molho de carne moída + escarola + salada de acelga + laranja	Arroz integral, Feijão carioca, Frango assado (sobrecoxa) + creme de milho + rúcula + maçã	Arroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho + Pão de milho de polvilho + salada de alicia	Arroz integral, Feijão carioca, Frango ao molho com legumes (chuchu e cenoura) + rúcula + salada de beterraba + mamão	Arroz colorido, Feijão preto, Quibe assado + salada repolho + espinafre + melancia	PNH	34	PNH	13	g	5
						LP	17	LP	5	g	9
Lanche 14:00H/14:30H	Leite desnatado com mamão com adoçante + tapoca de coco	Suco de abacaxi natural com adoçante + ovos mexidos + maçã	Vitamina de abacate e banana com aveia com leite desnatado e adoçante	Suco de uva integral + panqueca de queijo	L Leite desnatado com mamão com adoçante + pão de queijo com polvilho	CALCO	211	CALCO	78	Mg	
						FERRD	5	FERRD	2	Mg	
Jantar 16:00H/16:30H	Quebra + Frango ao molho + agrião + abobrinha refogada + melão	Macarrão integral com carne moída + Legumes refogados (brócolis e cenoura)	Sopa de frango + mandioca + beterraba + abobrinha + espinafre + maçã	Risco integral de carne (batata, cenoura, carne moída, ervilha) + rúcula + salada de alicia + banana	Polenta + Frango ao molho + salada de acelga + mamão	VITAMINA A	624	VITAMINA A	129	Mg	
						VITAMINA C	102	VITAMINA C	80	Mg	
Desjejum 7:30H/8:00H	Suco de uva integral + panqueca de queijo	Suco de abacaxi natural com adoçante + ovos mexidos + maçã	L Leite desnatado com banana com adoçante + pão de queijo com polvilho	Vitamina de mamão e maçã com aveia com leite desnatado e adoçante	Iogurte natural com morango e banana batido	KCAL	864	KCAL	473	Kcal	
						CHO	122	CHO	69	g	9
Almogo 10:30H/11:00H	Arroz integral, Feijão preto, Frango (sassami) ao molho + salada de alicia + maçã	Arroz integral, Feijão carioca, Carne moída ao molho + polenta + rúcula + salada de cenoura + laranja	Arroz integral, Feijão preto, Frango (sassami) grelhado + salada de repolho + melancia	Arroz integral, Feijão carioca, Bolinho de carne ao molho + salada acelga + péra	Arroz integral, Feijão preto, Sobrecoxa ao molho com cenoura + salada de brócolis + abacaxi	PNH	43	PNH	34	g	9
						LP	19	LP	15	g	9
Lanche 14:00H/14:30H	Vitamina de mamão e maçã com aveia com leite desnatado e adoçante	L Leite com maçã com adoçante + panqueca de banana com aveia	Suco de maçã integral + salada de frutas (uva, laranja, mamão)	Suco de Maracujá com adoçante + lora de frango com legumes	Suco de uva integral + panqueca colorida de beterraba	CALCO	318	CALCO	156	Mg	
						FERRD	8	FERRD	4	Mg	
Jantar 16:00H/16:30H	Sopa de feijão (batata, mandiocquinha, carne, cenoura) + couve + melão	Risco de frango (cenoura, batata, milho, frango) + rúcula + salada de pepino c/ tomate + abacaxi	Polenta com almondegas ao molho + salada de beterraba + brócolis	Purê de batatas + Frango ao molho + couve refogada + salada de alicia + goliaba	Quebra + Carne moída ao molho + abobrinha refogada + agrião + maçã	VITAMINA A	298	VITAMINA A	248	Mg	
						VITAMINA C	81	VITAMINA C	124	Mg	

Observação: Adoçante Sucralose ou Stevia

ANTONIO TORIATO  
CMEI  
ALUNO  
MARIA CLARA NASCIMENTO DE ARAUJO

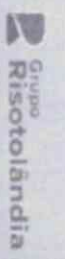
Partida dos Santos Alves Garcia  
Lígia Maria Toledo Faria Vicente  
Camilo Concutino de Carvalho  
Adriana Carina Costa Salmela  
Nadineuza Gonçalves Operacional  
Amanda Gerde  
CZT 8 6493  
Nadineuza Gonçalves Operacional

Mat. Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO Nº1781  
Mat. Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO Nº2221  
Mat. Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO Nº1102



# CMEI / CEI DE 13 MESES A 2 ANOS E 11 MESES - CARDÁPIO MARÇO 2024

## DIABETES




SEGUNDA		TERÇA		QUARTA		QUINTA		SEXTA	
18/3/2024		19/3/2024		20/3/2024		21/3/2024		22/3/2024	
Desjejum 7:30H-8:00H	Mingau de banana com aveia	Leite desnatado com mamão com adoçante + tapioca de coco	Suco de maracujá com adoçante + torta de frango com legumes + melão picado	Arroz integral, Feijão preto, Barrado + farofa de banana de terra + couve + salada tomate e cebola + laranja	Arroz colorido, Feijão carioca, Peixe ao molho + pido do molho de peixe + salada de alface	Arroz integral, Feijão preto, Frango, frango, milho) + escarola + salada de beterraba + melancia	Suco de abacaxi natural com adoçante + pizza de tapioca + bolo de banana sem açúcar	Polenta + Carne moída ao molho + salada de alface + maçã	
Almoço 12:00H-13:00H	Arroz integral, Frango, abobrinha, cenoura, batata) + couve	Arroz integral, Feijão carioca, Omelete assado + legumes refogados (abóbora e chuchu) + espinafre + melão	Arroz integral, Feijão preto, Batata, carne iscas, ervilha) + espinafre + salada de cenoura + péra	Arroz integral, Feijão preto, Carne moída com legumes (batata e cenoura) + agrião + salada alface + maçã	Arroz integral, Feijão carioca, Ovos mexidos + abóbora refogada + couve + mamão	Arroz integral, Feijão preto, Frango ao molho desfiado + espinafre + salada de tomate + goiabada	Suco de maracujá com adoçante + pizza de tapioca + laranja picada	Polenta + Carne moída ao molho + salada de alface + maçã	
Lanche 14:30H-15:30H	Suco de abacaxi natural com adoçante + pizza de tapioca + maçã picada	Logurte natural com morango e banana batido	Leite desnatado com banana com adoçante + pão de queijo com polvilho	Suco de maracujá com adoçante + torta de frango com legumes	Suco de uva integral + ovo mexido + bolo de banana sem açúcar	Macarrão parafuso integral, Frango ao molho desfiado + espinafre + salada de tomate + goiabada	Suco de abacaxi natural com adoçante + pizza de tapioca + bolo de banana sem açúcar	Polenta + Carne moída ao molho + salada de alface + maçã	
Jantar 16:30H-17:30H	Canja (Arroz integral, frango, abobrinha, cenoura, batata) + couve	Arroz carreteiro integral (cenoura, batata, carne iscas, ervilha) + espinafre + salada de cenoura + péra	Arroz integral, Feijão preto, Carne moída com legumes (batata e cenoura) + agrião + salada alface + maçã	Arroz integral, Feijão preto, Ovos mexidos + abóbora refogada + couve + mamão	Macarrão parafuso integral, Frango ao molho desfiado + espinafre + salada de tomate + goiabada	Arroz integral, Feijão preto, Frango ao molho desfiado + espinafre + salada de tomate + goiabada	Suco de uva integral + ovo mexido + bolo de banana sem açúcar	Polenta + Carne moída ao molho + salada de alface + maçã	
Desjejum 7:30H-8:00H	Suco de abacaxi natural com adoçante + pizza de tapioca + maçã picada	Suco de uva integral + panqueca colorida de beterraba	Arroz integral, Feijão preto, Carne moída com legumes (batata e cenoura) + agrião + salada alface + maçã	Arroz integral, Feijão preto, Ovos mexidos + abóbora refogada + couve + mamão	Macarrão parafuso integral, Frango ao molho desfiado + espinafre + salada de tomate + goiabada	Arroz integral, Feijão preto, Frango ao molho desfiado + espinafre + salada de tomate + goiabada	Suco de uva integral + ovo mexido + bolo de banana sem açúcar	Polenta + Carne moída ao molho + salada de alface + maçã	
Almoço 12:00H-13:00H	Arroz integral, Feijão carioca, Frango ao molho + jardineira de legumes ( brócolis + couve-flor + cenoura ) + melancia	Arroz integral, Feijão preto, Carne moída com legumes (batata e cenoura) + agrião + salada alface + maçã	Arroz integral, Feijão preto, Carne moída com legumes (batata e cenoura) + agrião + salada alface + maçã	Arroz integral, Feijão preto, Ovos mexidos + abóbora refogada + couve + mamão	Macarrão parafuso integral, Frango ao molho desfiado + espinafre + salada de tomate + goiabada	Arroz integral, Feijão preto, Frango ao molho desfiado + espinafre + salada de tomate + goiabada	Suco de uva integral + ovo mexido + bolo de banana sem açúcar	Polenta + Carne moída ao molho + salada de alface + maçã	
Lanche 14:30H-15:30H	Chá erva doce/cidreira com adoçante + biscoito polvilho + péra	Suco de maçã integral + Salada de frutas (laranja, melão, mamão)	Arroz integral, Feijão preto, Carne moída com legumes (batata e cenoura) + agrião + salada alface + maçã	Arroz integral, Feijão preto, Ovos mexidos + abóbora refogada + couve + mamão	Macarrão parafuso integral, Frango ao molho desfiado + espinafre + salada de tomate + goiabada	Arroz integral, Feijão preto, Frango ao molho desfiado + espinafre + salada de tomate + goiabada	Suco de uva integral + ovo mexido + bolo de banana sem açúcar	Polenta + Carne moída ao molho + salada de alface + maçã	
Jantar 16:30H-17:30H	Arroz carreteiro integral (cenoura, batata, carne iscas, ervilha) + espinafre + salada de cenoura	Polenta+ Frango ao molho+ salada de alface + melão	Arroz integral, Feijão preto, Carne moída com legumes (batata e cenoura) + agrião + salada alface + maçã	Arroz integral, Feijão preto, Ovos mexidos + abóbora refogada + couve + mamão	Macarrão parafuso integral, Frango ao molho desfiado + espinafre + salada de tomate + goiabada	Arroz integral, Feijão preto, Frango ao molho desfiado + espinafre + salada de tomate + goiabada	Suco de uva integral + ovo mexido + bolo de banana sem açúcar	Polenta + Carne moída ao molho + salada de alface + maçã	


Observação: Adoçante Sucralose ou Stevia


CHUÍ

ALUNO

MARIA CLARA MACHADO DE ARAUJO

  
 Patrícia dos Santos Alves Garcia  
 Mat Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO  
 Nº 1781

  
 Ligia Márcia Toledo Faria Vicente  
 Mat Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO  
 Nº 2321

  
 Camille Consuelino de Carvalho  
 Mat Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO  
 Nº 1102

  
 Lailane Correa Costa  
 CRN 8 4301  
 Coordenadora Operacional

  
 Assada Galvão  
 CRN 8 11381  
 Nutricionista Supervisora Operacional



Data	Dia da Semana	Descrição do Cardápio	SEXTA 1/3/2024			SÁBADO 2/3/2024			DOMINGO 3/3/2024		
			KCAL	PROT	GLIC	KCAL	PROT	GLIC	KCAL	PROT	GLIC
01/03/2024	SEXTA	Suco de maçã integral + Salada de frutas (uva, laranja, mamão)	624	8	8	431	41	8	431	41	8
02/03/2024	SÁBADO	Arroz, Feijão com cubos de carne bovina + farofa de cenoura + couve + laranja	401	9	9	21	9	9	21	9	9
03/03/2024	DOMINGO	Legume vegano com morango e banana batido	25	9	9	9	9	9	9	9	9
04/03/2024	SEGUNDA	Macarrão com frango + legumes refogados (brócolis e cenoura)	138	9	9	205	9	9	205	9	9
05/03/2024	TERÇA	Suco de abacaxi e banana com aveia com leite vegetal	10	9	9	145	9	9	145	9	9
06/03/2024	QUARTA	Suco de maracujá + Iona de frango com legumes sem leite	399	8	8	413	8	8	413	8	8
07/03/2024	QUINTA	Arroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho + Pão de mel + salada de aipo + cenoura + milho + abacaxi	119	8	8	8	8	8	8	8	8
08/03/2024	SEXTA	Arroz colorido, Feijão preto, Quibe assado + salada repolho + espinafre + melancia	24	8	8	12	8	8	12	8	8
09/03/2024	SÁBADO	Arroz, Feijão caroca, Frango ao molho com legumes (chuchu e cenoura) + rúcula + salada de beterraba + mamão	21	8	8	4	8	8	4	8	8
10/03/2024	DOMINGO	Suco de uva integral + panqueca de cenoura sem leite	5	8	8	2	8	8	2	8	8
11/03/2024	SEGUNDA	Sopa de frango + mandioca + beterraba + abobrinha + espinafre + maçã	409	8	8	119	8	8	119	8	8
12/03/2024	TERÇA	Macarrão com carne moída + Legumes refogados (brócolis e cenoura)	132	8	8	90	8	8	90	8	8
13/03/2024	QUARTA	Sopa de frango + mandioca + beterraba + abobrinha + espinafre + maçã	489	8	8	119	8	8	119	8	8
14/03/2024	QUINTA	Risoto de carne (batata, cenoura, carne moída, ervilha) + rúcula + salada de aipo + banana	409	8	8	119	8	8	119	8	8
15/03/2024	SEXTA	Potencia + Frango ao molho + salada de acelga + mamão	132	8	8	90	8	8	90	8	8
16/03/2024	SÁBADO	Vitamina de mamão e maçã com aveia com leite vegetal	489	8	8	119	8	8	119	8	8
17/03/2024	DOMINGO	Arroz, Feijão caroca, Bolinho de carne ao molho + salada de aipo + péra	41	8	8	38	8	8	38	8	8
18/03/2024	SEGUNDA	Suco de uva integral + panqueca colorida de beterraba sem leite	21	8	8	16	8	8	16	8	8
19/03/2024	TERÇA	Suco de Maracujá + Iona de frango com legumes sem leite	318	8	8	150	8	8	150	8	8
20/03/2024	QUARTA	Suco de maçã integral + Salada de frutas (uva, laranja, mamão)	0	8	8	4	8	8	4	8	8
21/03/2024	QUINTA	Purê de batatas sem leite + Frango ao molho + couve refogada + salada de aipo + goiabada	291	8	8	304	8	8	304	8	8
22/03/2024	SEXTA	Quinoa + Carne moída ao molho + abobrinha refogada + agrião + maçã	0	8	8	4	8	8	4	8	8
23/03/2024	SÁBADO	Sopa de feijão (batata, mandioquinha, carne, cenoura) + couve + milho	0	8	8	4	8	8	4	8	8
24/03/2024	DOMINGO	Risoto de frango (cenoura, batata, milho, frango) + rúcula + salada de pepino c/ tomate + abacaxi	0	8	8	4	8	8	4	8	8
25/03/2024	SEGUNDA	Suco de abacaxi natural + ovos mexidos + maçã	0	8	8	4	8	8	4	8	8
26/03/2024	TERÇA	Suco de uva integral + panqueca de cenoura sem leite	0	8	8	4	8	8	4	8	8
27/03/2024	QUARTA	Arroz, Feijão preto, Frango (salsam) ao molho + salada de aipo + maçã	0	8	8	4	8	8	4	8	8
28/03/2024	QUINTA	Vitamina de mamão e maçã com aveia com leite vegetal	0	8	8	4	8	8	4	8	8
29/03/2024	SEXTA	Arroz, Feijão preto, Frango (salsam) ao molho + salada de aipo + maçã	0	8	8	4	8	8	4	8	8
30/03/2024	SÁBADO	Suco de uva integral + panqueca de cenoura sem leite	0	8	8	4	8	8	4	8	8
31/03/2024	DOMINGO	Arroz, Feijão preto, Frango (salsam) ao molho + salada de aipo + maçã	0	8	8	4	8	8	4	8	8

Observações: Somente adicionar leite vegetal quando descrito no cardápio. Observações: Biscoitos, farinhas, cereais(farveis) sem traços de leite

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

**Ligia Maria Toledo Faria Vicente**  
 Mat. Funcional nº 1146 CRN 8º REGIÃO Nº2321

**Camille Consentino de Carvalho**  
 Mat. Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO Nº1102

**Adriana Costa**  
 CRN 8 6101  
 Cozinha Operacional

**Adriana Costa**  
 CRN 8 11-01  
 Cozinha Operacional

*PM*

*[Assinatura]*

*ACS*

*[Assinatura]*

	SEGUNDA 18/3/2024	TERÇA 19/3/2024	QUARTA 20/3/2024	QUINTA 21/3/2024	SEXTA 22/3/2024	SEXTA 23/3/2024	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL, MARCA		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL, MARCA			
Desjejum 7:30h/8:30h	Mingau de banana com aveia com leite vegetal	Leite vegetal com mamão + tapioca de coco com leite vegetal	Suco de maracujá + torta de frango com legumes sem leite + melão picado	logurete vegano com morango e banana batido	Suco de abacaxi natural + pizza de tapioca sem leite + bolo de banana sem açúcar sem leite	Suco de abacaxi natural + pizza de tapioca sem leite + bolo de banana sem açúcar sem leite	KCAL	181	KCAL	543	KCAL	543
Almoço 10:30h/11:30h	Arroz, Feijão preto, Carne bovina ao molho com mandioca + salada alface + maçã	Arroz, Feijão carioca, Omelete assado + legumes refogados (abóbora e chuchu) + espinafre + melão	Arroz, Feijão preto, Burreado + farofa de banana da terra + couve + salada tomate e cebola + laranja	Arroz colorido, Feijão carioca, Peixe ao molho + pirão do molho de peixe + salada de alface	Risoto de frango (batata, cenoura, frango, milho) + escarola + salada de beterraba + melancia	Risoto de frango (batata, cenoura, frango, milho) + escarola + salada de beterraba + melancia	CHD	83	CHD	91	CHD	91
Lanche 14:00h/14:30h	Suco de abacaxi natural + pizza de tapioca sem leite + laranja picada	logurete vegano com morango e banana batido	Lite vegetal com banana + pão de queijo vegano	Suco de maracujá + torta de frango com legumes sem leite	Suco de abacaxi natural + pizza de tapioca sem leite + bolo de banana sem açúcar sem leite	FERRO	14	FERRO	11	FERRO	9	
Jantar 16:30h/17:30h	Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata) + couve	Arroz carreteiro (cenoura, batata, carne seca, ervilha) + espinafre + salada de cenoura + pêssego	Quirena + Frango ao molho + abobrinha refogada + agrião + mamão	Purê de batatas sem leite + Carne moída ao molho + escarola + salada de repolho + melancia	Polenta + Carne moída ao molho + salada de acelga + maçã	VITAMINA A	281	VITAMINA A	808	VITAMINA A	808	
Desjejum 7:30h/8:30h	Suco de abacaxi natural + pizza de tapioca sem leite + maçã picada	Suco de uva integral + panqueca colorida de beterraba sem leite	Lite vegetal com mamão + pão de queijo vegano	Suco de uva integral + ovo mexido + bolo de banana sem açúcar sem leite		VITAMINA C	19	VITAMINA C	37	VITAMINA C	30	
Almoço 10:30h/11:30h	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho + jardineira de legumes (brocolis + couve-flor + cenoura) + melancia	Arroz integral, Feijão preto, Carne moída com legumes (batata e cenoura) + agrião + salada alface + maçã	Arroz, Feijão carioca, Ovos mexidos + abóbora refogada + couve + mamão	Macarão parafuso, Frango ao molho desfiado + espinafre + salada de tomate + goiabada		KCAL	750	KCAL	750	KCAL	750	
Lanche 14:00h/14:30h	Chá erva doce/cidreira + biscoito polvilho sem leite + péra	Suco de maçã integral + Salada de frutas (laranja, melão, mamão)	Creme de banana c/ cacau e leite vegetal	Suco de uva integral + ovo mexido + bolo de banana sem açúcar sem leite		CHD	123	CHD	96	CHD	96	
Jantar 16:30h/17:30h	Arroz carreteiro (cenoura, batata, carne seca, ervilha) + espinafre + salada de cenoura	Polenta + Frango ao molho + salada de acelga + melão	Risoto de frango (cenoura, batata, milho, frango) + rúcula + salada de repolho + maçã	Quirena + Carne moída ao molho + abobrinha refogada + agrião + melancia		PIR	26	PIR	21	PIR	8	
Observações: Somente adicionar leite vegetal quando descrito no cardápio. Observações: Biscoitos, farinhas, cereais(farvina) sem traços de leite							LP	13	LP	9	LP	9
CMEI							CAICO	200	CAICO	200	CAICO	200
ALUNO							FRUTO	6	FRUTO	2	FRUTO	2
Observações: Somente adicionar leite vegetal quando descrito no cardápio. Observações: Biscoitos, farinhas, cereais(farvina) sem traços de leite							VITAMINA A	201	VITAMINA A	451	VITAMINA A	451
Observações: Somente adicionar leite vegetal quando descrito no cardápio. Observações: Biscoitos, farinhas, cereais(farvina) sem traços de leite							VITAMINA C	67	VITAMINA C	112	VITAMINA C	30

Patrícia dos Santos Alves Garcia  
 Mãe Funcional nº 7893 CRN 8ª REGIÃO Nº 781

Lígia Marinho Toledo Faria Vicente  
 Mãe Funcional nº 11146 CRN 8ª REGIÃO Nº 2321

Camille Constantino de Carvalho  
 Mãe Funcional nº 7894 CRN 8ª REGIÃO Nº 1102

Adriana Orens Casa Búlgara  
 Mãe Funcional nº 7895 CRN 8ª REGIÃO Nº 1103

Amanda Galvão  
 Mãe Funcional nº 7896 CRN 8ª REGIÃO Nº 1104



MOMENTO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MARÇO		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MARÇO		
						13/2024	16/2024	13/2024	16/2024	
Desjejum 7:30H/8:00H					Suco de maçã integral + Salada de frutas (uva, laranja, mamão)	KCAL 824	Kcal	KCAL 445	Kcal	
Almoço 10:30H/11:00H					Arroz, Feijoadá com cubos de carne bovina + farofa de cenoura + couve + laranja	CHO 195	g	CHO 69	g	
Lanche 14:00H/14:30H					Legume natural com morango e banana batido	PTN 40	g	PTN 24	g	
Jantar 16:00H/16:30H					Macarrão com frango + legumes refogados (brócolis e cenoura)	LP 25	g	LP 10	g	
	SEGUNDA 4/3/2024	TERÇA 6/3/2024	QUARTA 6/3/2024	QUINTA 7/3/2024	SEXTA 8/3/2024	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MARÇO		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MARÇO		
Desjejum 7:30H/8:00H	Ché avia doce/cidreira + biscoito polvilho + maçã picada	L Leite com maçã + panqueca de banana com aveia	Suco de maracujá + torta de frango com legumes	Vitamina de abacate e banana com aveia	Suco de maçã integral + Salada de frutas (laranja, melão, mamão)	KCAL 855	Kcal	KCAL 442	Kcal	
Almoço 10:30H/11:00H	Macarrão com molho de carne moída + escarola + salada de acelga + laranja	Arroz, Feijão carioca, Frango assado (sobrecoxa) + creme de milho + rúcula + maçã	Arroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho + Pão de milho de peixe + salada de alicace	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho com legumes (chuchu e cenoura) + rúcula + salada de beterraba + mamão	Arroz colorido, Feijão preto, Quibe assado + salada repolho + espinafre + melancia	CHO 129	g	CHO 91	g	
Lanche 14:00H/14:30H	L Leite com mamão + Ipioca de coco	Suco de abacaxi natural + ovos mexidos + melão	Vitamina de abacate e banana com aveia	Suco de uva integral + panqueca de queijo	L Leite com mamão + pão de queijo com polvilho	PTN 39	g	PTN 14	g	
Jantar 16:00H/16:30H	Quireta + Frango ao molho + agrião + abobrinha refogada + melão	Macarrão com carne moída + Legumes refogados (brócolis e cenoura)	Sopa de frango + mandioca + beterraba + abobrinha + espinafre + maçã	Risoto de carne (batata, cenoura, carne moída, ervilha) + rúcula + salada de alicace + banana	Potente + Frango ao molho + salada de acelga + mamão	LP 22	g	LP 5	g	
	SEGUNDA 11/3/2024	TERÇA 12/3/2024	QUARTA 13/3/2024	QUINTA 14/3/2024	SEXTA 16/3/2024	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MARÇO		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MARÇO		
Desjejum 7:30H/8:00H	Suco de uva integral + panqueca de queijo	Suco de abacaxi natural + ovos mexidos + maçã	L Leite com banana + pão de queijo com polvilho	Vitamina de mamão e maçã com aveia	Yogurte natural com morango e banana batido	KCAL 902	Kcal	KCAL 610	Kcal	
Almoço 10:30H/11:00H	Arroz, Feijão preto, Frango (sassami) ao molho + salada de alicace + maçã	Arroz, Feijão carioca, Carne moída ao molho + polenta + rúcula + salada de cenoura + laranja	Arroz integral, Feijão preto, Frango (sassami) grelhado + salada de repolho + melancia	Arroz, Feijão carioca, Bolinho de carne ao molho + salada acelga + péra	Arroz, Feijão preto, Sobrecoxa ao molho com cenoura + salada de brócolis + abacaxi	CHO 158	g	CHO 91	g	
Lanche 14:00H/14:30H	Vitamina de mamão e maçã com aveia	L Leite com maçã + panqueca de banana com aveia	Suco de maçã integral + Salada de frutas (uva, laranja, mamão)	Suco de Maracujá + torta de frango com legumes	Suco de uva integral + panqueca colorida de beterraba	PTN 42	g	PTN 38	g	
Jantar 16:00H/16:30H	Sopa de feijão (batata, mandiocquinha, carne, cenoura) + couve + melão	Risoto de frango (cenoura, batata, milho, frango) + rúcula + salada de pepino c/ tomate + abacaxi	Potente com albondiegas ao molho + salada de beterraba + brócolis	Purê de batatas + Frango ao molho + couve refogada + salada de alicace + goiaba	Quireta + Carne moída ao molho + abobrinha refogada + agrião + maçã	LP 24	g	LP 19	g	
	OBSERVAÇÕES:					KCAL 316		Kcal	KCAL 156	Kcal
	CMEI					FERRO 6	Mg	FERRO 4	Mg	
	ALUNO					VITAMINA A 216	Mcg	VITAMINA A 384	Mcg	
						VITAMINA C 96	Mg	VITAMINA C 129	Mg	

*Patricia*

*[Assinatura]*

*[Assinatura]*

*[Assinatura]*

Patricia dos Santos Alves Garcia  
Mat Funcional nº 7895 CRN 8º REGIÃO  
Nº 1781

Ligia Marcia Toledo Faria Vicente  
Mat Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO  
Nº 2321

Camille Consentino de Carvalho  
Mat Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO  
Nº 1102

Liliane Cristina Costa Ballela  
CRN 8 6815  
Coordenadora Operacional

Amélia Gaião  
CRN 8 11591  
Monitora em Qualidade Operacional

CMEI / CEI DE 13 MESES A 2 ANOS E 11 MESES - CARDÁPIO MARÇO/2024



SEGUNDA		TERÇA		QUARTA		QUINTA		SEXTA	
18/3/2024		19/3/2024		20/3/2024		21/3/2024		22/3/2024	
Dejejum 7:30h às 8:00h	Mingau de banana com aveia	Leite com mamão + tapioca de coco	Suco de maracujá + torta de frango com legumes + melão picado	Arroz, Feijão preto, Burreado + farinha de banana da terra + couve + salada tomate e cebola + laranja	Arroz, Feijão preto, Carne moída ao molho + bolo de banana sem açúcar	Suco de abacaxi natural + pizza de tapioca + bolo de banana sem açúcar	Suco de abacaxi natural + pizza de tapioca + bolo de banana sem açúcar	Arroz, Feijão preto, Cenoura, Frango, milho + escarola + salada de beterraba + melancia	Risoto de frango (batata, cenoura, frango, milho) + escarola + salada de beterraba + melancia
Almoço 12:30h às 1:00h	Arroz, Feijão preto, Carne bovina ao molho com mandioca + salada alface + maçã	Arroz, Feijão carioca, Omelete assado + legumes refogados (abóbora e chuchu) + espinafre + melão	Arroz, Feijão preto, Burreado + farinha de banana da terra + couve + salada tomate e cebola + laranja	Arroz colorido, Feijão carioca, Peixe ao molho + pirão do molho de peixe + salada de alface	Suco de abacaxi natural + pizza de tapioca + bolo de banana sem açúcar	Suco de abacaxi natural + pizza de tapioca + bolo de banana sem açúcar	Suco de abacaxi natural + pizza de tapioca + bolo de banana sem açúcar	Arroz, Feijão preto, Carne moída ao molho + batoia + salada de alface	Arroz, Feijão preto, Carne moída ao molho + batoia + salada de alface
Lanche 14:30h às 15:00h	Suco de abacaxi natural + pizza de tapioca + laranja picada	Leite natural com morango e banana batido	Leite com banana + pão de queijo com polvilho	Suco de maracujá + torta de frango com legumes	Suco de abacaxi natural + pizza de tapioca + bolo de banana sem açúcar	Suco de abacaxi natural + pizza de tapioca + bolo de banana sem açúcar	Suco de abacaxi natural + pizza de tapioca + bolo de banana sem açúcar	Suco de abacaxi natural + pizza de tapioca + bolo de banana sem açúcar	Suco de abacaxi natural + pizza de tapioca + bolo de banana sem açúcar
Jantar 16:00h às 6:30h	Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata) + couve	Arroz carreteiro (cenoura, batata, carne iscas, ervilha) + espinafre + salada de cenoura + água	Quirera + Frango ao molho + abobrinha refogada + agrião + mamão	Purê de batatas + Carne moída ao molho + escarola + salada de repolho + melancia	Potencia + Carne moída ao molho + salada de alface + maçã	Potencia + Carne moída ao molho + salada de alface + maçã	Potencia + Carne moída ao molho + salada de alface + maçã	Purê de batatas + Carne moída ao molho + escarola + salada de repolho + melancia	Purê de batatas + Carne moída ao molho + escarola + salada de repolho + melancia
SEGUNDA		TERÇA		QUARTA		QUINTA		SEXTA	
25/3/2024		26/3/2024		27/3/2024		28/3/2024		29/3/2024	
Dejejum 7:30h às 8:00h	Suco de abacaxi natural + pizza de tapioca + maçã picada	Suco de uva integral + panqueca colorida de beterraba	Leite com mamão + pão de queijo com polvilho	Suco de uva integral + ovo mexido + bolo de banana sem açúcar	Suco de uva integral + ovo mexido + bolo de banana sem açúcar	Suco de uva integral + ovo mexido + bolo de banana sem açúcar	Suco de uva integral + ovo mexido + bolo de banana sem açúcar	Suco de uva integral + ovo mexido + bolo de banana sem açúcar	Suco de uva integral + ovo mexido + bolo de banana sem açúcar
Almoço 12:30h às 1:00h	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho + jardineira de legumes (brócolis + couve-flor + cenoura) + melancia	Arroz integral, Feijão preto, Carne moída com legumes (batata e cenoura) + agrião + salada alface + maçã	Arroz, Feijão carioca, Ovos mexidos + abóbora refogada + couve + mamão	Macarão parafuso, Frango ao molho desfiado + espinafre + salada de tomate + goiaba	Macarão parafuso, Frango ao molho desfiado + espinafre + salada de tomate + goiaba	Macarão parafuso, Frango ao molho desfiado + espinafre + salada de tomate + goiaba	Macarão parafuso, Frango ao molho desfiado + espinafre + salada de tomate + goiaba	Macarão parafuso, Frango ao molho desfiado + espinafre + salada de tomate + goiaba	Macarão parafuso, Frango ao molho desfiado + espinafre + salada de tomate + goiaba
Lanche 14:30h às 15:00h	Chá erva doce/cidreira + biscoito polvilho + pedra	Suco de maçã integral + Salada de frutas (laranja, melão, mamão)	Arroz, Feijão preto, Burreado + farinha de banana da terra + couve + salada tomate e cebola + laranja	Suco de uva integral + ovo mexido + bolo de banana sem açúcar	Suco de uva integral + ovo mexido + bolo de banana sem açúcar	Suco de uva integral + ovo mexido + bolo de banana sem açúcar	Suco de uva integral + ovo mexido + bolo de banana sem açúcar	Suco de uva integral + ovo mexido + bolo de banana sem açúcar	Suco de uva integral + ovo mexido + bolo de banana sem açúcar
Jantar 16:00h às 6:30h	Arroz carreteiro (cenoura, batata, carne iscas, ervilha) + espinafre + salada de cenoura	Polenta + Frango ao molho + salada de acelga + melão	Risoto de frango (cenoura, batata, milho, frango) + rúcula + salada de repolho + maçã	Quirera + Carne moída ao molho + abobrinha refogada + agrião + melancia	Quirera + Carne moída ao molho + abobrinha refogada + agrião + melancia	Quirera + Carne moída ao molho + abobrinha refogada + agrião + melancia	Quirera + Carne moída ao molho + abobrinha refogada + agrião + melancia	Quirera + Carne moída ao molho + abobrinha refogada + agrião + melancia	Quirera + Carne moída ao molho + abobrinha refogada + agrião + melancia

Observações:

ALUNO

Patricia dos Santos Alves Garcia  
Mat Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO Nº 1781

Ligia Maria Toledo Faria Vicente  
Mat Funcional nº 11746 CRN 8º REGIÃO Nº 2321

Camille Consentino de Carvalho  
Mat Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO Nº 1102

Elaine Maria Costa  
CRN 8 1131  
Coordenadora Operacional

Amara Orlato  
CRN 8 1131  
Bibliotecária Operacional

*PA*

*[Assinatura]*

*[Assinatura]*

*[Assinatura]*

MÉDIA DIÁRIA VALOR NUTRICIONAL, MARIÁ		MÉDIA DIÁRIA VALOR NUTRICIONAL, FEMEA	
KCAL	613	KCAL	572
CHO	135	CHO	98
PTN	40	PTN	23
LP	15	LP	11
CALCIO	300	CALCIO	296
FERRO	6	FERRO	2
VITAMINA A	215	VITAMINA A	453
VITAMINA C	67	VITAMINA C	112



SEMI LACTOSE

Dia	Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	13/3/2024																																									
							SEMI LACTOSE	SEMI LACTOSE																																								
Desjejum 7:30H/8:30H								<table border="1"> <tr><td>KCAL</td><td>64</td><td>Kcal</td><td>415</td><td>Kcal</td></tr> <tr><td>CHO</td><td>165</td><td>g</td><td>64</td><td>g</td></tr> <tr><td>PTN</td><td>40</td><td>g</td><td>24</td><td>g</td></tr> <tr><td>LP</td><td>25</td><td>g</td><td>10</td><td>g</td></tr> <tr><td>CALCO</td><td>461</td><td>Mg</td><td>124</td><td>Mg</td></tr> <tr><td>FERRO</td><td>6</td><td>Mg</td><td>3</td><td>Mg</td></tr> <tr><td>VITAMINA A</td><td>134</td><td>Mg</td><td>535</td><td>Mg</td></tr> <tr><td>VITAMINA C</td><td>10</td><td>Mg</td><td>125</td><td>Mg</td></tr> </table>	KCAL	64	Kcal	415	Kcal	CHO	165	g	64	g	PTN	40	g	24	g	LP	25	g	10	g	CALCO	461	Mg	124	Mg	FERRO	6	Mg	3	Mg	VITAMINA A	134	Mg	535	Mg	VITAMINA C	10	Mg	125	Mg
								KCAL	64	Kcal	415	Kcal																																				
CHO	165	g	64	g																																												
PTN	40	g	24	g																																												
LP	25	g	10	g																																												
CALCO	461	Mg	124	Mg																																												
FERRO	6	Mg	3	Mg																																												
VITAMINA A	134	Mg	535	Mg																																												
VITAMINA C	10	Mg	125	Mg																																												
<table border="1"> <tr><td>KCAL</td><td>64</td><td>Kcal</td><td>415</td><td>Kcal</td></tr> <tr><td>CHO</td><td>127</td><td>g</td><td>64</td><td>g</td></tr> <tr><td>PTN</td><td>38</td><td>g</td><td>13</td><td>g</td></tr> <tr><td>LP</td><td>21</td><td>g</td><td>4</td><td>g</td></tr> <tr><td>CALCO</td><td>331</td><td>Mg</td><td>76</td><td>Mg</td></tr> <tr><td>FERRO</td><td>5</td><td>Mg</td><td>2</td><td>Mg</td></tr> <tr><td>VITAMINA A</td><td>439</td><td>Mg</td><td>179</td><td>Mg</td></tr> <tr><td>VITAMINA C</td><td>113</td><td>Mg</td><td>90</td><td>Mg</td></tr> </table>	KCAL	64	Kcal	415	Kcal	CHO	127	g	64	g	PTN	38	g	13	g	LP	21	g	4	g	CALCO	331	Mg	76	Mg	FERRO	5	Mg	2	Mg	VITAMINA A	439	Mg	179	Mg	VITAMINA C	113	Mg	90	Mg								
KCAL	64	Kcal	415	Kcal																																												
CHO	127	g	64	g																																												
PTN	38	g	13	g																																												
LP	21	g	4	g																																												
CALCO	331	Mg	76	Mg																																												
FERRO	5	Mg	2	Mg																																												
VITAMINA A	439	Mg	179	Mg																																												
VITAMINA C	113	Mg	90	Mg																																												
Almoço 10:30H/11:00H								<table border="1"> <tr><td>KCAL</td><td>64</td><td>Kcal</td><td>415</td><td>Kcal</td></tr> <tr><td>CHO</td><td>127</td><td>g</td><td>64</td><td>g</td></tr> <tr><td>PTN</td><td>38</td><td>g</td><td>13</td><td>g</td></tr> <tr><td>LP</td><td>21</td><td>g</td><td>4</td><td>g</td></tr> <tr><td>CALCO</td><td>331</td><td>Mg</td><td>76</td><td>Mg</td></tr> <tr><td>FERRO</td><td>5</td><td>Mg</td><td>2</td><td>Mg</td></tr> <tr><td>VITAMINA A</td><td>439</td><td>Mg</td><td>179</td><td>Mg</td></tr> <tr><td>VITAMINA C</td><td>113</td><td>Mg</td><td>90</td><td>Mg</td></tr> </table>	KCAL	64	Kcal	415	Kcal	CHO	127	g	64	g	PTN	38	g	13	g	LP	21	g	4	g	CALCO	331	Mg	76	Mg	FERRO	5	Mg	2	Mg	VITAMINA A	439	Mg	179	Mg	VITAMINA C	113	Mg	90	Mg
								KCAL	64	Kcal	415	Kcal																																				
CHO	127	g	64	g																																												
PTN	38	g	13	g																																												
LP	21	g	4	g																																												
CALCO	331	Mg	76	Mg																																												
FERRO	5	Mg	2	Mg																																												
VITAMINA A	439	Mg	179	Mg																																												
VITAMINA C	113	Mg	90	Mg																																												
<table border="1"> <tr><td>KCAL</td><td>64</td><td>Kcal</td><td>415</td><td>Kcal</td></tr> <tr><td>CHO</td><td>124</td><td>g</td><td>64</td><td>g</td></tr> <tr><td>PTN</td><td>40</td><td>g</td><td>24</td><td>g</td></tr> <tr><td>LP</td><td>21</td><td>g</td><td>17</td><td>g</td></tr> <tr><td>CALCO</td><td>318</td><td>Mg</td><td>126</td><td>Mg</td></tr> <tr><td>FERRO</td><td>6</td><td>Mg</td><td>4</td><td>Mg</td></tr> <tr><td>VITAMINA A</td><td>204</td><td>Mg</td><td>384</td><td>Mg</td></tr> <tr><td>VITAMINA C</td><td>96</td><td>Mg</td><td>129</td><td>Mg</td></tr> </table>	KCAL	64	Kcal	415	Kcal	CHO	124	g	64	g	PTN	40	g	24	g	LP	21	g	17	g	CALCO	318	Mg	126	Mg	FERRO	6	Mg	4	Mg	VITAMINA A	204	Mg	384	Mg	VITAMINA C	96	Mg	129	Mg								
KCAL	64	Kcal	415	Kcal																																												
CHO	124	g	64	g																																												
PTN	40	g	24	g																																												
LP	21	g	17	g																																												
CALCO	318	Mg	126	Mg																																												
FERRO	6	Mg	4	Mg																																												
VITAMINA A	204	Mg	384	Mg																																												
VITAMINA C	96	Mg	129	Mg																																												
Lanche 14:00H/14:30H								<table border="1"> <tr><td>KCAL</td><td>64</td><td>Kcal</td><td>415</td><td>Kcal</td></tr> <tr><td>CHO</td><td>124</td><td>g</td><td>64</td><td>g</td></tr> <tr><td>PTN</td><td>40</td><td>g</td><td>24</td><td>g</td></tr> <tr><td>LP</td><td>21</td><td>g</td><td>17</td><td>g</td></tr> <tr><td>CALCO</td><td>318</td><td>Mg</td><td>126</td><td>Mg</td></tr> <tr><td>FERRO</td><td>6</td><td>Mg</td><td>4</td><td>Mg</td></tr> <tr><td>VITAMINA A</td><td>204</td><td>Mg</td><td>384</td><td>Mg</td></tr> <tr><td>VITAMINA C</td><td>96</td><td>Mg</td><td>129</td><td>Mg</td></tr> </table>	KCAL	64	Kcal	415	Kcal	CHO	124	g	64	g	PTN	40	g	24	g	LP	21	g	17	g	CALCO	318	Mg	126	Mg	FERRO	6	Mg	4	Mg	VITAMINA A	204	Mg	384	Mg	VITAMINA C	96	Mg	129	Mg
								KCAL	64	Kcal	415	Kcal																																				
CHO	124	g	64	g																																												
PTN	40	g	24	g																																												
LP	21	g	17	g																																												
CALCO	318	Mg	126	Mg																																												
FERRO	6	Mg	4	Mg																																												
VITAMINA A	204	Mg	384	Mg																																												
VITAMINA C	96	Mg	129	Mg																																												
<table border="1"> <tr><td>KCAL</td><td>64</td><td>Kcal</td><td>415</td><td>Kcal</td></tr> <tr><td>CHO</td><td>124</td><td>g</td><td>64</td><td>g</td></tr> <tr><td>PTN</td><td>40</td><td>g</td><td>24</td><td>g</td></tr> <tr><td>LP</td><td>21</td><td>g</td><td>17</td><td>g</td></tr> <tr><td>CALCO</td><td>318</td><td>Mg</td><td>126</td><td>Mg</td></tr> <tr><td>FERRO</td><td>6</td><td>Mg</td><td>4</td><td>Mg</td></tr> <tr><td>VITAMINA A</td><td>204</td><td>Mg</td><td>384</td><td>Mg</td></tr> <tr><td>VITAMINA C</td><td>96</td><td>Mg</td><td>129</td><td>Mg</td></tr> </table>	KCAL	64	Kcal	415	Kcal	CHO	124	g	64	g	PTN	40	g	24	g	LP	21	g	17	g	CALCO	318	Mg	126	Mg	FERRO	6	Mg	4	Mg	VITAMINA A	204	Mg	384	Mg	VITAMINA C	96	Mg	129	Mg								
KCAL	64	Kcal	415	Kcal																																												
CHO	124	g	64	g																																												
PTN	40	g	24	g																																												
LP	21	g	17	g																																												
CALCO	318	Mg	126	Mg																																												
FERRO	6	Mg	4	Mg																																												
VITAMINA A	204	Mg	384	Mg																																												
VITAMINA C	96	Mg	129	Mg																																												
Jantar 16:00H/16:30H								<table border="1"> <tr><td>KCAL</td><td>64</td><td>Kcal</td><td>415</td><td>Kcal</td></tr> <tr><td>CHO</td><td>124</td><td>g</td><td>64</td><td>g</td></tr> <tr><td>PTN</td><td>40</td><td>g</td><td>24</td><td>g</td></tr> <tr><td>LP</td><td>21</td><td>g</td><td>17</td><td>g</td></tr> <tr><td>CALCO</td><td>318</td><td>Mg</td><td>126</td><td>Mg</td></tr> <tr><td>FERRO</td><td>6</td><td>Mg</td><td>4</td><td>Mg</td></tr> <tr><td>VITAMINA A</td><td>204</td><td>Mg</td><td>384</td><td>Mg</td></tr> <tr><td>VITAMINA C</td><td>96</td><td>Mg</td><td>129</td><td>Mg</td></tr> </table>	KCAL	64	Kcal	415	Kcal	CHO	124	g	64	g	PTN	40	g	24	g	LP	21	g	17	g	CALCO	318	Mg	126	Mg	FERRO	6	Mg	4	Mg	VITAMINA A	204	Mg	384	Mg	VITAMINA C	96	Mg	129	Mg
								KCAL	64	Kcal	415	Kcal																																				
CHO	124	g	64	g																																												
PTN	40	g	24	g																																												
LP	21	g	17	g																																												
CALCO	318	Mg	126	Mg																																												
FERRO	6	Mg	4	Mg																																												
VITAMINA A	204	Mg	384	Mg																																												
VITAMINA C	96	Mg	129	Mg																																												
<table border="1"> <tr><td>KCAL</td><td>64</td><td>Kcal</td><td>415</td><td>Kcal</td></tr> <tr><td>CHO</td><td>124</td><td>g</td><td>64</td><td>g</td></tr> <tr><td>PTN</td><td>40</td><td>g</td><td>24</td><td>g</td></tr> <tr><td>LP</td><td>21</td><td>g</td><td>17</td><td>g</td></tr> <tr><td>CALCO</td><td>318</td><td>Mg</td><td>126</td><td>Mg</td></tr> <tr><td>FERRO</td><td>6</td><td>Mg</td><td>4</td><td>Mg</td></tr> <tr><td>VITAMINA A</td><td>204</td><td>Mg</td><td>384</td><td>Mg</td></tr> <tr><td>VITAMINA C</td><td>96</td><td>Mg</td><td>129</td><td>Mg</td></tr> </table>	KCAL	64	Kcal	415	Kcal	CHO	124	g	64	g	PTN	40	g	24	g	LP	21	g	17	g	CALCO	318	Mg	126	Mg	FERRO	6	Mg	4	Mg	VITAMINA A	204	Mg	384	Mg	VITAMINA C	96	Mg	129	Mg								
KCAL	64	Kcal	415	Kcal																																												
CHO	124	g	64	g																																												
PTN	40	g	24	g																																												
LP	21	g	17	g																																												
CALCO	318	Mg	126	Mg																																												
FERRO	6	Mg	4	Mg																																												
VITAMINA A	204	Mg	384	Mg																																												
VITAMINA C	96	Mg	129	Mg																																												

Observações: Leite, Biscoitos, farinhas, cereais(farveta) sem traços de lactose

CMEI

ALMOÇO

*Handwritten signature*

*Handwritten signature*

*Handwritten signature*

*Handwritten signature*

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

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

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

Lidiane Garcia Costa Saldanha  
CRN 8º REGIÃO  
Coordenadora Operacional

Ananda Galvão  
CRN 8º REGIÃO  
Supervisora de Qualidade Operacional



# CMEI / CEI DE 13 MESES A 2 ANOS E 11 MESES - CARDÁPIO MARÇO/2024







## SEM LACTOSE

	SEGUNDA 19/3/2024	TERÇA 19/3/2024	QUARTA 20/3/2024	QUINTA 21/3/2024	SEXTA 22/3/2024	SEXTA-FEIRA, 23/3/2024 FÉRIAS	SÁBADO, 24/3/2024 FÉRIAS	SÁBADO, 24/3/2024 FÉRIAS	SÁBADO, 24/3/2024 FÉRIAS
Desjejum 7:30H/8:00H	Mingau de banana com aveia com leite sem lactose	Leite sem lactose com mamão + tapioca de coco com leite sem lactose	Suco de maracujá + torte de frango com legumes sem lactose + melão picado	Iogurte sem lactose com morango e banana batido	Suco de abacaxi natural + pizza de tapioca sem lactose + bolo de banana sem açúcar sem lactose				
Almogo 10:30H/1:00H	Arroz, Feijão preto, Carne bovina ao molho com mandioca + salada alface + maçã	Arroz, Feijão carioca, Omelete assado + legumes refogados (abobora e chuchu) + espinafre + melão	Arroz, Feijão preto, Borneado + farofa de banana da terra + couve + salada tomate e cebola + laranja	Arroz colorido, Feijão carioca, Peixe ao molho + pitão do molho de peixe + salada de alface	Risoto de frango (batata, cenoura, frango, milho) + escarola + salada de beterraba + melancia				
Lanche 14:00H/14:30H	Suco de abacaxi natural + pizza de tapioca sem lactose + laranja picada	Iogurte sem lactose com morango e banana batido	Leite sem lactose com banana + pão de queijo vegano	Suco de maracujá + torte de frango com legumes sem lactose	Suco de abacaxi natural + pizza de tapioca sem lactose + bolo de banana sem açúcar sem lactose				
Jantar 16:00H/16:30H	Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata) + couve	Arroz carreteiro (cenoura, batata, carne iscas, ervilha) + espinafre + salada de cenoura + péra	Quirera + Frango ao molho + abobrinha refogada + agrião + mamão	Purê de batatas sem leite + Carne moída ao molho + escarola + salada de repolho + melancia	Polenta + Carne moída ao molho + salada de acelga + maçã				
Desjejum 7:30H/8:00H	Suco de abacaxi natural + pizza de tapioca sem lactose + maçã picada	Suco de uva integral + panqueca colorida de beterraba sem lactose	Leite sem lactose com mamão + pão de queijo vegano	Suco de uva integral + ovo mexido + bolo de banana sem açúcar sem lactose					
Almogo 10:30H/1:00H	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho + jardineira de legumes (brocolis + couve-flor + cenoura) + melancia	Arroz integral, Feijão preto, Carne moída com legumes (batata e cenoura) + agrião + salada alface + maçã	Arroz, Feijão carioca, Ovos mexidos + abobora refogada + couve + mamão	Macarão parafuso, Frango ao molho desfiado + espinafre + salada de tomate + goiabada					
Lanche 14:00H/14:30H	Chá erva doce/cidreira + biscoito polvilho sem lactose + péra	Suco de maçã integral + Salada de frutas (laranja, melão, mamão)	Creme de banana c/ cacau e leite sem lactose	Suco de uva integral + ovo mexido + bolo de banana sem açúcar sem lactose					
Jantar 16:00H/16:30H	Arroz carreteiro (cenoura, batata, carne iscas, ervilha) + espinafre + salada de cenoura	Polenta+ Frango ao molho+ salada de acelga + melão	Risoto de frango (cenoura, batata, milho, frango) + rúcula + salada de repolho + maçã	Quirera + Carne moída ao molho + abobrinha refogada + agrião + melancia					

Observações: Leite, Biscoitos, farinhas, cereais(farofa) sem traços de lactose

ALUNO

Patrícia dos Santos Alves Garcia      Ligia Marcon Toledo Faria Vicente      Camille Consistino de Carvalho

Mãe Funcional nº 7893 CRN nº REGIÃO Nº1781      Mãe Funcional nº 11146 CRN nº REGIÃO Nº2321      Mãe Funcional nº 7894 CRN nº REGIÃO Nº1102

Educação Infantil      Educação Infantil      Educação Infantil      Educação Infantil

CRN 8.6393      CRN 8.1191

Coordenadora Operacional      Coordenadora Operacional



CMEI / CEI DE 13 MESES A 2 ANOS E 11 MESES – CARDÁPIO MARÇO 2024  
DIABETES



MOMENTO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MARÇO				
						ENERGIA (Kcal)	GLICÉMIOS (g)			
Desjejum 7:30H/8:00H	Cia'eva doce/cidreira com adoçante + biscoito polvilho + maçã picada	Lente desnatada com maçã com adoçante + panelada de banana com aveia	Suco de maracujá com adoçante + tortá de frango com legumes	Vitamina de abacate e banana com aveia com leite desnatado adoçante	Suco de maçã integral + Salada de frutas (uva, laranja, mamão)	Kcal	234	Kcal	445	Kcal
						CHO	119	CHO	81	9
Almooço 10:30H/11:00H	Macarrão integral com molho de carne moída + escarola + salada de acelga + laranja	Arroz integral, Feijão carioca, Frango assado (sobrecoxa) + creme de milho + rúcula + maçã	Arroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho + Pão de milho de polvilho + salada de alicia	Arroz integral, Feijão carioca, Frango ao molho com legumes (chuchu e cenoura) + rúcula + salada de beterraba + mamão	Arroz integral, Feijão preto, Quibe assado + salada repolho + espinafre + melancia	PNH	40	PNH	24	5
						UP	25	UP	10	9
Lanche 14:00H/14:30H	Lente desnatada com mamão com adoçante + tapioca de coco	Suco de abacaxi natural com adoçante + ovos mexidos + maçã	Vitamina de abacate e banana com aveia com leite desnatado e adoçante	Suco de uva integral + panelada de queijo	Lente desnatada com mamão com adoçante + pão de queijo com polvilho	CaCO	311	CaCO	124	89
						Ferro	5	Ferro	2	89
Jantar 16:00H/16:30H	Quebra + Frango ao molho + agrião + abobrinha refogada + melão	Macarrão integral com carne moída + Legumes refogados (brocolis e cenoura)	Sopa de frango + mandioca + beterraba + abobrinha + espinafre + maçã	Rissolito integral de carne (batata, cenoura, carne moída, ervilha) + rúcula + salada de alicia + banana	Polenta + Frango ao molho + salada de acelga + mamão	Vitamina A	624	Vitamina A	129	269
						Vitamina C	102	Vitamina C	80	89
Desjejum 7:30H/8:00H	Suco de uva integral + panelada de queijo	Suco de abacaxi natural com adoçante + ovos mexidos + maçã	Lente desnatada com banana com adoçante + pão de queijo com polvilho	Vitamina de mamão e maçã com aveia com leite desnatado e adoçante	Iogurte natural com morango e banana batido	Kcal	364	Kcal	473	Kcal
						CHO	122	CHO	69	9
Almooço 10:30H/11:00H	Arroz integral, Feijão preto, Frango (sassami) ao molho + salada de alicia + maçã	Arroz integral, Feijão carioca, Carne moída ao molho + polenta + rúcula + salada de cenoura + laranja	Arroz integral, Feijão preto, Frango (sassami) grelhado + salada de repolho + melancia	Arroz integral, Feijão preto, Bolinho de carne ao molho + salada acelga + péra	Arroz integral, Feijão preto, Sobrecoxa ao molho com cenoura + salada de brocolis + abacaxi	PNH	43	PNH	34	9
						UP	11	UP	15	9
Lanche 14:00H/14:30H	Vitamina de mamão e maçã com aveia com leite desnatado e adoçante	Lente com maçã com adoçante + panelada de banana com aveia	Suco de maçã integral + salada de frutas (uva, laranja, mamão)	Suco de Maracujá com adoçante + tortá de frango com legumes	Suco de uva integral + panelada colorida de beterraba	CaCO	318	CaCO	156	89
						Ferro	8	Ferro	4	89
Jantar 16:00H/16:30H	Sopa de feijão (batata, mandiocquinha, carne, cenoura) + couve + melão	Rissolito de frango (cenoura, batata, milho, frango) + rúcula + salada de pepino c/ tomate + abacaxi	Polenta com almondegas ao molho + salada de beterraba + brocolis	Pure de batatas + Frango ao molho + couve refogada + salada de alicia + goliata	Quebra + Carne moída ao molho + abobrinha refogada + agrião + maçã	Vitamina A	298	Vitamina A	248	89
						Vitamina C	81	Vitamina C	124	89

Observação: Adoçante Sucralose ou Stevia

**ALUNO**  
MARIA CLARA NASCIMENTO DE ARAUJO

**CHEFE**  
ANTONIO TORIATO

Partida dos Santos Alves Garcia

*PA*

Lígia Maria Toledo Faria Vicente

*[Assinatura]*

Camilo Concutino de Carvalho

*[Assinatura]*

Mat. Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO Nº1781

Mat. Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO Nº2221

Mat. Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO Nº1102

Lidianeia Soares Costa

*[Assinatura]*

Andressa Garcia

*[Assinatura]*

Andressa Garcia

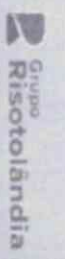
*[Assinatura]*

CMEI / CEI DE 13 MESES A 2 ANOS E 11 MESES – CARDÁPIO MARÇO 2024



# CMEI / CEI DE 13 MESES A 2 ANOS E 11 MESES - CARDÁPIO MARÇO 2024

## DIABETES




DESCRIÇÃO	SEGUNDA 18/3/2024	TERÇA 19/3/2024	QUARTA 20/3/2024	QUINTA 21/3/2024	SEXTA 22/3/2024	VALOR ENERGÉTICO, VALOR PROTÉICO, VALOR LÍPIDICO, VALOR Glicêmico					
						KCAL	g	KCAL	g		
Desjejum 7:30h-8:30h	Mingau de banana com aveia	Leite desnatado com mamão com adoçante + tapioca de coco	Suco de maracujá com adoçante + torta de frango com legumes + melão picado	Logure natural com morango e banana batido	Suco de abacaxi natural com adoçante + pizza de tapioca + bolo de banana sem açúcar	120	12	110	14	10	9
Almoço 12:00h-1:00h	Arroz integral, Feijão preto, Carne bovina ao molho com mandioca + salada alface + maçã	Arroz integral, Feijão carioca, Omelete assado + legumes refogados (abóbora e chuchu) + espinafre + melão	Arroz integral, Feijão preto, Barrado + farofa de banana de terra + couve + salada tomate e cebola + laranja	Arroz colorido, Feijão carioca, Peixe ao molho + pido do molho de peixe + salada de alface	Risoto de frango (batata, cenoura, frango, milho) + escarola + salada de beterraba + melancia	311	31	311	31	311	31
Lanche 14:30h-15:30h	Suco de abacaxi natural com adoçante + pizza de tapioca + laranja picada	Logure natural com morango e banana batido	Leite desnatado com banana com adoçante + pão de queijo com polvilho	Suco de maracujá com adoçante + torta de frango com legumes	Suco de abacaxi natural com adoçante + pizza de tapioca + bolo de banana sem açúcar	4	4	4	4	4	4
Jantar 18:00h-19:30h	Canja (Arroz integral, frango, abobrinha, cenoura, batata) + couve	Arroz carreteiro integral (cenoura, batata, carne iscas, ervilha) + espinafre + salada de cenoura + péra	Quirera + Frango ao molho + abobrinha refogada + agrião + mamão	Purê de batatas + Carne moída ao molho + escarola + salada de repolho + melancia	Polenta + Carne moída ao molho + salada de alface + maçã	18	18	18	18	18	18
<b>SEMANA 01</b>						<b>VALOR ENERGÉTICO, VALOR PROTÉICO, VALOR LÍPIDICO, VALOR Glicêmico</b>		<b>VALOR ENERGÉTICO, VALOR PROTÉICO, VALOR LÍPIDICO, VALOR Glicêmico</b>		<b>VALOR ENERGÉTICO, VALOR PROTÉICO, VALOR LÍPIDICO, VALOR Glicêmico</b>	
<b>SEGUNDA 25/3/2024</b>						<b>KCAL 785</b>		<b>KCAL 785</b>		<b>KCAL 785</b>	
<b>TERÇA 26/3/2024</b>						<b>CHO 126</b>		<b>CHO 126</b>		<b>CHO 126</b>	
<b>QUARTA 27/3/2024</b>						<b>PTN 40</b>		<b>PTN 40</b>		<b>PTN 40</b>	
<b>QUINTA 28/3/2024</b>						<b>LP 13</b>		<b>LP 13</b>		<b>LP 13</b>	
<b>SEXTA 29/3/2024</b>						<b>CAZCO 312</b>		<b>CAZCO 312</b>		<b>CAZCO 312</b>	
<b>FERRADO</b>						<b>FERRADO 0</b>		<b>FERRADO 0</b>		<b>FERRADO 0</b>	
<b>VITAMINA A</b>						<b>325</b>		<b>VITAMINA A 431</b>		<b>VITAMINA A 431</b>	
<b>VITAMINA C</b>						<b>107</b>		<b>VITAMINA C 112</b>		<b>VITAMINA C 112</b>	


Observação: Adoçante Sucralose ou Stevia


MARIA CLARA MACHADO DE ARAUJO

CHUÍ

ANTÔNIO TORRATO

  
 Patrícia dos Santos Alves Garcia  
 Mat Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO  
 Nº 1781

  
 Ligia Márcia Toledo Faria Vicente  
 Mat Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO  
 Nº 2321

  
 Camille Consuelino de Carvalho  
 Mat Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO  
 Nº 1102

  
 Lailane Correa Costa Ribeiro  
 CRN 8 6301  
 Coordenadora Operacional

  
 Assada Galvão  
 CRN 8 11381  
 Nutricionista Supervisora Operacional



Desjejum 7:30h/8h/9h	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	
					13/3/2024	14/3/2024
Almoço 10:30h/11:00h	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	
					13/3/2024	14/3/2024
Lanche 14:00h/14:30h	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	
					13/3/2024	14/3/2024
Jantar 15:00h/16:30h	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	
					13/3/2024	14/3/2024
Desjejum 7:30h/8h/9h	Chá ervã doce/cidreira + biscito polvilho sem leite + maçã picada	L leite vegetal com maçã + panqueca de banana com aveia sem leite	Suco de maracujá + tora de frango com legumes sem leite	Vitamina de abacate e banana com aveia com leite vegetal	Suco de maçã integral + Salada de frutas (laranja, mamão)	
Almoço 10:30h/11:00h	Macarrão com molho de carne moída + escarola + salada de acelga + laranja	Arroz, Feijão caraca, Frango assado (sobrecoxa) + cenoura e milho relogados + rúcula + maçã	Arroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho + Pão do mofo de péixe + salada de alicha	Arroz, Feijão caraca, Frango ao molho com legumes (chuchu e cenoura) + rúcula + salada de beterraba + mamão	Suco de maçã integral + Salada de frutas (laranja, melão, mamão)	
Lanche 14:00h/14:30h	L leite vegetal com mamão + fatiça de coco com leite vegetal	Suco de abacaxi natural + ovos mexidos + melão	Vitamina de abacate e banana com aveia com leite vegetal	Suco de uva integral + panqueca de cenoura sem leite	Arroz colorido, Feijão preto, Quibe assado + salada repolho + espinafre + melancia	
Jantar 16:00h/16:30h	Quinoa + Frango ao molho + agrião + abobrinha refogada + melão	Macarrão com carne moída + Legumes relogados (brócolis e cenoura)	Sopa de frango + mandioca + beterraba + abobrinha + espinafre + maçã	Risoto de carne (batata, cenoura, carne moída, ervilha) + rúcula + salada de alicha + banana	L Leite vegetal com mamão + pão de queijo vegano	
SEGUNDA 11/3/2024						
Desjejum 7:30h/8h/9h	Suco de uva integral + panqueca de cenoura sem leite	Suco de abacaxi natural + ovos mexidos + maçã	L Leite vegetal com banana + pão de queijo vegano	Vitamina de mamão e maçã com aveia com leite vegetal	Iogurte vegano com morango e banana batido	
Almoço 10:30h/11:00h	Arroz, Feijão preto, Frango (sassam) ao molho + salada de alicha + maçã	Arroz, Feijão caraca, Carne moída ao molho + polenta + rúcula + salada de cenoura + laranja	Arroz integral, Feijão preto, Frango (sassam) grelhado + salada de repolho + melancia	Arroz, Feijão caraca, Bolinho de carne ao molho + salada acelga + péra	Polenta + Frango ao molho + salada de acelga + mamão	
Lanche 14:00h/14:30h	Vitamina de mamão e maçã com aveia com leite vegetal	L Leite vegetal com maçã + panqueca de banana com aveia sem leite	Suco de maçã integral + Salada de frutas (uva, laranja, mamão)	Suco de Maracujá + Tora de frango com legumes sem leite	L Leite vegetal com mamão + pão de queijo vegano	
Jantar 15:00h/16:30h	Sopa de feijão (batata, mandioquinha, carne, cenoura) + couve + milho	Risoto de frango (cenoura, batata, milho, frango) + rúcula + salada de pepino c/ tomate + abacaxi	Polenta com almeirão ao molho + salada de beterraba + brócolis	Purê de batatas sem leite + Frango ao molho + couve refogada + salada de alicha + goiabada	Quinoa + Carne moída ao molho + abobrinha refogada + agrião + maçã	
ALIMHO						
Observações: Somente adicionar leite vegetal quando descrito no cardápio. Observações: Biscoitos, farinhas, cereais(faveis) sem traços de leite						

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

Lilja Mariana Toledo Faria Vicente  
Mat Funcional nº 1146 CRN 8º REGIÃO Nº2321

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

Bálgem Gomes Costa  
CRN 5-6101  
Cozinha Operacional

Adriana Garcia  
CRN 5-11-01  
Cozinha Operacional

	SEGUNDA 18/3/2024	TERÇA 19/3/2024	QUARTA 20/3/2024	QUINTA 21/3/2024	SEXTA 22/3/2024	SEXTA 23/3/2024
Desjejum 7:30h/8:30h	Mingau de banana com aveia com leite vegetal	Leite vegetal com mamão + tapioca de coco com leite vegetal	Suco de maracujá + torta de frango com legumes sem leite + melão picado	logurete vegano com morango e banana batido	Suco de abacaxi natural + pizza de tapioca sem leite + bolo de banana sem açúcar sem leite	Suco de abacaxi natural + pizza de tapioca sem leite + bolo de banana sem açúcar sem leite
Almoço 10:30h/11:30h	Arroz, Feijão preto, Carne bovina ao molho com mandioca + salada alface + maçã	Arroz, Feijão carioca, Omelete assado + legumes refogados (abobora e chuchu) + espinafre + melão	Arroz, Feijão preto, Burreado + fatia de banana da terra + couve + salada tomate e cebola + laranja	Arroz colorido, Feijão carioca, Peixe ao molho + pirão do molho de peixe + salada de alface	Risoto de frango (batata, cenoura, frango, milho) + escarola + salada de beterraba + melancia	Risoto de frango (batata, cenoura, frango, milho) + escarola + salada de beterraba + melancia
Lanche 14:00h/14:30h	Suco de abacaxi natural + pizza de tapioca sem leite + laranja picada	logurete vegano com morango e banana batido	Lente vegetal com banana + pão de queijo vegano	Suco de maracujá + torta de frango com legumes sem leite	Suco de abacaxi natural + pizza de tapioca sem leite + bolo de banana sem açúcar sem leite	Suco de abacaxi natural + pizza de tapioca sem leite + bolo de banana sem açúcar sem leite
Jantar 16:30h/17:30h	Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata) + couve	Arroz carreteiro (cenoura, batata, carne seca, ervilha) + espinafre + salada de cenoura + pêssego	Quirena + Frango ao molho + abobrinha refogada + agrião + mamão	Purê de batatas sem leite + Carne moída ao molho + escarola + salada de repolho + melancia	Polenta + Carne moída ao molho + salada de acelga + maçã	Polenta + Carne moída ao molho + salada de acelga + maçã
Desjejum 7:30h/8:30h	Suco de abacaxi natural + pizza de tapioca sem leite + maçã picada	Suco de uva integral + panqueca colorida de beterraba sem leite	Lente vegetal com mamão + pão de queijo vegano	Suco de uva integral + ovo mexido + bolo de banana sem açúcar sem leite		
Almoço 10:30h/11:30h	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho + jardineira de legumes (brocolis + couve-flor + cenoura) + melancia	Arroz integral, Feijão preto, Carne moída com legumes (batata e cenoura) + agrião + salada alface + maçã	Arroz, Feijão carioca, Ovos mexidos + abobora refogada + couve + mamão	Macarão parafuso, Frango ao molho desfiado + espinafre + salada de tomate + goiabada		
Lanche 14:00h/14:30h	Chá erva doce/cidreira + biscoito polvilho sem leite + péra	Suco de maçã integral + Salada de frutas (laranja, melão, mamão)	Creme de banana c/ cacau e leite vegetal	Suco de uva integral + ovo mexido + bolo de banana sem açúcar sem leite		
Jantar 16:30h/17:30h	Arroz carreteiro (cenoura, batata, carne seca, ervilha) + espinafre + salada de cenoura	Polenta + Frango ao molho + salada de acelga + melão	Risoto de frango (cenoura, batata, milho, frango) + rúcula + salada de repolho + maçã	Quirena + Carne moída ao molho + abobrinha refogada + agrião + melancia		

Observações: Somente adicionar leite vegetal quando descrito no cardápio. Observações: Biscoitos, farinhas, cereais(farvina) sem traços de leite

ALUNO

Parícuta dos Santos Alves Garcia  
Mat. Funcional nº 7893 CRN 8ª REGIÃO Nº 781

Luján Marín, Toledo Faria Vicente  
Mat. Funcional nº 11146 CRN 8ª REGIÃO Nº 2321

Camile Constantino de Carvalho  
Mat. Funcional nº 7894 CRN 8ª REGIÃO Nº 1102

Adriana Orens Casa Búfala  
Cada. Fun. 01/2019  
Coordenadora Operacional

Amadeu Galvão  
CRN 8 11501  
Supervisor Operacional

MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MARCA				MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TÁRIFA			
KCAL	PRO	GLU	FIBRA	KCAL	PRO	GLU	FIBRA
790	8	9	13	790	8	9	13
153	9	9	9	153	9	9	9
26	9	9	9	26	9	9	9
13	9	9	9	13	9	9	9
300	9	9	9	300	9	9	9
6	9	9	9	6	9	9	9
351	9	9	9	351	9	9	9
67	9	9	9	67	9	9	9



MOMENTO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MARÇO							
						13/2024		14/2024		15/2024		16/2024	
Desjejum 7:30H/8:00H					Suco de maçã integral + Salada de frutas (uva, laranja, mamão)	KCAL 824	Kcal	KCAL 445	Kcal	KCAL 445	Kcal	KCAL 445	Kcal
Almoço 10:30H/11:00H					Arroz, Feijoadá com cubos de carne bovina + farofa de cenoura + couve + laranja	CHO 105	g	CHO 69	g	CHO 69	g	CHO 69	g
Lanche 14:00H/14:30H					Arroz, Feijoadá com cubos de carne bovina + farofa de cenoura + couve + laranja	PTN 40	g	PTN 24	g	PTN 24	g	PTN 24	g
Jantar 16:00H/16:30H					Arroz, Feijoadá com cubos de carne bovina + farofa de cenoura + couve + laranja	LP 25	g	LP 10	g	LP 10	g	LP 10	g
					Arroz, Feijoadá com cubos de carne bovina + farofa de cenoura + couve + laranja	CALCIO 451	Mg	CALCIO 124	Mg	CALCIO 124	Mg	CALCIO 124	Mg
					Arroz, Feijoadá com cubos de carne bovina + farofa de cenoura + couve + laranja	FERRO 6	Mg	FERRO 3	Mg	FERRO 3	Mg	FERRO 3	Mg
					Arroz, Feijoadá com cubos de carne bovina + farofa de cenoura + couve + laranja	VITAMINA A 138	Mcg	VITAMINA A 535	Mcg	VITAMINA A 535	Mcg	VITAMINA A 535	Mcg
					Arroz, Feijoadá com cubos de carne bovina + farofa de cenoura + couve + laranja	VITAMINA C 10	Mg	VITAMINA C 128	Mg	VITAMINA C 128	Mg	VITAMINA C 128	Mg
					Arroz, Feijoadá com cubos de carne bovina + farofa de cenoura + couve + laranja	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MARÇO							
					Arroz, Feijoadá com cubos de carne bovina + farofa de cenoura + couve + laranja	KCAL 815	Kcal	KCAL 442	Kcal	KCAL 442	Kcal	KCAL 442	Kcal
					Arroz, Feijoadá com cubos de carne bovina + farofa de cenoura + couve + laranja	CHO 129	g	CHO 91	g	CHO 91	g	CHO 91	g
					Arroz, Feijoadá com cubos de carne bovina + farofa de cenoura + couve + laranja	PTN 39	g	PTN 14	g	PTN 14	g	PTN 14	g
					Arroz, Feijoadá com cubos de carne bovina + farofa de cenoura + couve + laranja	LP 22	g	LP 5	g	LP 5	g	LP 5	g
					Arroz, Feijoadá com cubos de carne bovina + farofa de cenoura + couve + laranja	CALCIO 311	Mg	CALCIO 78	Mg	CALCIO 78	Mg	CALCIO 78	Mg
					Arroz, Feijoadá com cubos de carne bovina + farofa de cenoura + couve + laranja	FERRO 5	Mg	FERRO 2	Mg	FERRO 2	Mg	FERRO 2	Mg
					Arroz, Feijoadá com cubos de carne bovina + farofa de cenoura + couve + laranja	VITAMINA A 469	Mcg	VITAMINA A 179	Mcg	VITAMINA A 179	Mcg	VITAMINA A 179	Mcg
					Arroz, Feijoadá com cubos de carne bovina + farofa de cenoura + couve + laranja	VITAMINA C 132	Mg	VITAMINA C 90	Mg	VITAMINA C 90	Mg	VITAMINA C 90	Mg
					Arroz, Feijoadá com cubos de carne bovina + farofa de cenoura + couve + laranja	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MARÇO							
					Arroz, Feijoadá com cubos de carne bovina + farofa de cenoura + couve + laranja	KCAL 902	Kcal	KCAL 610	Kcal	KCAL 610	Kcal	KCAL 610	Kcal
					Arroz, Feijoadá com cubos de carne bovina + farofa de cenoura + couve + laranja	CHO 136	g	CHO 91	g	CHO 91	g	CHO 91	g
					Arroz, Feijoadá com cubos de carne bovina + farofa de cenoura + couve + laranja	PTN 42	g	PTN 36	g	PTN 36	g	PTN 36	g
					Arroz, Feijoadá com cubos de carne bovina + farofa de cenoura + couve + laranja	LP 24	g	LP 19	g	LP 19	g	LP 19	g
					Arroz, Feijoadá com cubos de carne bovina + farofa de cenoura + couve + laranja	CALCIO 316	Mg	CALCIO 156	Mg	CALCIO 156	Mg	CALCIO 156	Mg
					Arroz, Feijoadá com cubos de carne bovina + farofa de cenoura + couve + laranja	FERRO 6	Mg	FERRO 4	Mg	FERRO 4	Mg	FERRO 4	Mg
					Arroz, Feijoadá com cubos de carne bovina + farofa de cenoura + couve + laranja	VITAMINA A 216	Mcg	VITAMINA A 384	Mcg	VITAMINA A 384	Mcg	VITAMINA A 384	Mcg
					Arroz, Feijoadá com cubos de carne bovina + farofa de cenoura + couve + laranja	VITAMINA C 96	Mg	VITAMINA C 129	Mg	VITAMINA C 129	Mg	VITAMINA C 129	Mg

CMEI

Observações:

ALUNO

Patricia dos Santos Alves Garcia  
Mat Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO  
Nº 1781

Ligia Marcia Toledo Faria Vicente  
Mat Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO  
Nº 2321

Camille Consentino de Carvalho  
Mat Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO  
Nº 1102

Elaine Cristina Costa Ballela  
CRN 8 6815  
Coordenadora Operacional

Amélia Gaião  
CRN 8 11591  
Monitora em Qualidade Operacional

*Patricia*

*Ligia*

*Camille*

*Elaine*

*Amélia*

CMEI / CEI DE 13 MESES A 2 ANOS E 11 MESES – CARDÁPIO MARÇO/2024



SEGUNDA		TERÇA		QUARTA		QUINTA		SEXTA	
18/3/2024		19/3/2024		20/3/2024		21/3/2024		22/3/2024	
Dejejum 7:30h às 8:00h	Mingau de banana com aveia	Leite com mamão + tapioca de coco	Suco de maracujá + torta de frango com legumes + melão picado	Arroz, Feijão preto, Burreado + farinha de banana da terra + couve + salada tomate e cebola + laranja	Arroz, Feijão preto, Carne moída ao molho + bolo de banana sem açúcar	Suco de abacaxi natural + pizza de tapioca + bolo de banana sem açúcar	Suco de abacaxi natural + pizza de tapioca + bolo de banana sem açúcar	Arroz, Feijão preto, Cenoura, Frango, milho + escarola + salada de beterraba + melancia	Arroz, Feijão preto, Carne moída ao molho + bolo de banana sem açúcar
Almoço 12:30h às 1:30h	Arroz, Feijão preto, Carne bovina ao molho com mandioca + salada alface + maçã	Arroz, Feijão carioca, Omielete assado + legumes refogados (abóbora e chuchu) + espinafre + melão	Arroz, Feijão preto, Burreado + farinha de banana da terra + couve + salada tomate e cebola + laranja	Arroz colorido, Feijão carioca, Peixe ao molho + pirão do molho de peixe + salada de alface	Suco de abacaxi natural + pizza de tapioca + bolo de banana sem açúcar	Suco de abacaxi natural + pizza de tapioca + bolo de banana sem açúcar	Suco de abacaxi natural + pizza de tapioca + bolo de banana sem açúcar	Arroz, Feijão preto, Carne moída ao molho + bolo de banana sem açúcar	Arroz, Feijão preto, Carne moída ao molho + bolo de banana sem açúcar
Lanche 14:30h às 15:30h	Suco de abacaxi natural + pizza de tapioca + laranja picada	Iogurte natural com morango e banana batido	Leite com banana + pão de queijo com polvilho	Suco de maracujá + torta de frango com legumes	Suco de abacaxi natural + pizza de tapioca + bolo de banana sem açúcar	Suco de abacaxi natural + pizza de tapioca + bolo de banana sem açúcar	Suco de abacaxi natural + pizza de tapioca + bolo de banana sem açúcar	Arroz, Feijão preto, Carne moída ao molho + bolo de banana sem açúcar	Arroz, Feijão preto, Carne moída ao molho + bolo de banana sem açúcar
Jantar 16:30h às 6:30h	Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata) + couve	Arroz carreteiro (cenoura, batata, carne iscas, ervilha) + espinafre + salada de cenoura + água	Quirera + Frango ao molho + abobrinha refogada + agrião + mamão	Purê de batatas + Carne moída ao molho + escarola + salada de repolho + melancia	Potencia + Carne moída ao molho + salada de alface + maçã	Potencia + Carne moída ao molho + salada de alface + maçã	Potencia + Carne moída ao molho + salada de alface + maçã	Arroz, Feijão preto, Carne moída ao molho + bolo de banana sem açúcar	Arroz, Feijão preto, Carne moída ao molho + bolo de banana sem açúcar
SEGUNDA		TERÇA		QUARTA		QUINTA		SEXTA	
25/3/2024		26/3/2024		27/3/2024		28/3/2024		29/3/2024	
Dejejum 7:30h às 8:00h	Suco de abacaxi natural + pizza de tapioca + maçã picada	Suco de uva integral + panqueca colorida de beterraba	Leite com mamão + pão de queijo com polvilho	Suco de uva integral + ovo mexido + bolo de banana sem açúcar	Suco de uva integral + ovo mexido + bolo de banana sem açúcar	Suco de uva integral + ovo mexido + bolo de banana sem açúcar	Suco de uva integral + ovo mexido + bolo de banana sem açúcar	Suco de uva integral + ovo mexido + bolo de banana sem açúcar	Suco de uva integral + ovo mexido + bolo de banana sem açúcar
Almoço 12:30h às 1:30h	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho + jardineira de legumes (brócolis + couve-flor + cenoura) + melancia	Arroz integral, Feijão preto, Carne moída com legumes (batata e cenoura) + agrião + salada alface + maçã	Arroz, Feijão carioca, Ovos mexidos + abóbora refogada + couve + mamão	Macarão parafuso, Frango ao molho desfiado + espinafre + salada de tomate + goiaba	Macarão parafuso, Frango ao molho desfiado + espinafre + salada de tomate + goiaba	Macarão parafuso, Frango ao molho desfiado + espinafre + salada de tomate + goiaba	Macarão parafuso, Frango ao molho desfiado + espinafre + salada de tomate + goiaba	Macarão parafuso, Frango ao molho desfiado + espinafre + salada de tomate + goiaba	Macarão parafuso, Frango ao molho desfiado + espinafre + salada de tomate + goiaba
Lanche 14:30h às 15:30h	Chá erva doce/cidreira + biscoito polvilho + pedra	Suco de maçã integral + Salada de frutas (laranja, melão, mamão)	Arroz, Feijão preto, Carne moída ao molho + bolo de banana sem açúcar	Suco de uva integral + ovo mexido + bolo de banana sem açúcar	Suco de uva integral + ovo mexido + bolo de banana sem açúcar	Suco de uva integral + ovo mexido + bolo de banana sem açúcar	Suco de uva integral + ovo mexido + bolo de banana sem açúcar	Suco de uva integral + ovo mexido + bolo de banana sem açúcar	Suco de uva integral + ovo mexido + bolo de banana sem açúcar
Jantar 16:30h às 6:30h	Arroz carreteiro (cenoura, batata, carne iscas, ervilha) + espinafre + salada de cenoura	Polenta + Frango ao molho + salada de azeitona + melão	Risoto de frango (cenoura, batata, milho, frango) + rúcula + salada de repolho + maçã	Quirera + Carne moída ao molho + abobrinha refogada + agrião + melancia	Quirera + Carne moída ao molho + abobrinha refogada + agrião + melancia	Quirera + Carne moída ao molho + abobrinha refogada + agrião + melancia	Quirera + Carne moída ao molho + abobrinha refogada + agrião + melancia	Quirera + Carne moída ao molho + abobrinha refogada + agrião + melancia	Quirera + Carne moída ao molho + abobrinha refogada + agrião + melancia

Observações:

ALUNO

Patricia dos Santos Alves Garcia  
Mat Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO  
Nº 1781

Ligia Maria Toledo Faria Vicente  
Mat Funcional nº 11746 CRN 8º REGIÃO  
Nº 2321

Camille Consentino de Carvalho  
Mat Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO  
Nº 1102

Elaine C. dos Santos  
CRN 8 1131  
Coordenadora Operacional

Amara Orlano  
CRN 8 1131  
Bibliotecária Operacional

*PA*

*[Assinatura]*

*[Assinatura]*

*[Assinatura]*

MÉDIA DIÁRIA VALOR NUTRICIONAL, MAMÃE				MÉDIA DIÁRIA VALOR NUTRICIONAL, PAPEL			
KCAL	598	Kcal		KCAL	571	Kcal	
CHO	85	g		CHO	101	g	
PTN	30	g		PTN	16	g	
LP	17	g		LP	12	g	
CALCIO	381	Mg		CALCIO	104	Mg	
FERRO	4	Mg		FERRO	3	Mg	
VITAMINA A	238	Mcg		VITAMINA A	608	Mcg	
VITAMINA C	118	Mg		VITAMINA C	97	Mg	