

CMEI / CEI DE 3 A 5 ANOS – CARDÁPIO OUTUBRO/2024

SEM OVOS									
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MÍNIMA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TÁRDE	
Desjejum 7:30H/8:00H	11/10/2024		21/10/2024		31/10/2024		4/11/2024		
Almoço 10:30H/11:00H	Arroz, Feijão carioca, Frango (sassari) grelhado + salada de acelga + maçã		Arroz integral, Feijão preto, Carne moída ao molho, purê de batatas + salada de brocolis + melão		Vitamina de frutas (banana + morango) + biscoito sem ovos doce integral		Chá com leite + biscoito sem ovos salgado integral + banana		
Lanche 14:00H/14:30H	Suco de abacaxi natural + pão sem ovo com frango desfiado ao molho + laranja		Suco de morango + pão sem ovos com frango desfiado ao molho + manga		Leite com cacau (70%) + pão sem ovos com manteiga		Arroz, Feijão preto, Barreado, farofa de banana da terra + salada de tomate e cebola + laranja		
Jantar 16:00H/16:30H	Risoto de carne (batata, cenoura, carne moída, ervilha) + salada de beterraba + melão		Quijana + Frango ao molho + abóbora refogada + maçã		Sopa de feijão (batata, mandioquinha, carne, cenoura) + couve + laranja		Café com leite + bolo sem ovos		
SEGUNDA	7/10/2024		8/10/2024		9/10/2024		10/10/2024		
Desjejum 7:30H/8:00H	Café com leite + pão sem ovos + queijo/margarina		leite de morango + biscoito sem ovos doce integral + banana		Suco maracujá (polpa/filtra) + pão sem ovos fritado integral com requeijão		Suco de abacaxi natural + pão sem ovos de leite com carne moída, alface, cenoura ralada + pipoca + bolo sem ovos		
Almoço 10:30H/11:00H	FERIADO		Arroz, Feijão carioca, Carne moída ao molho, polenta + salada de beterraba + laranja		Arroz, Feijão preto, Sobrecoxa ao molho com cenoura + salada de brocolis + manjão		Arroz colorido, Feijão carioca, Peixe ao molho, Pão do peixe + salada de alface		
Lanche 14:00H/14:30H	Suco de morango + pão sem ovos com frango desfiado ao molho + melão		Café com leite + pão sem ovos + queijo/margarina		logute de morango + biscoito sem ovos doce integral + banana		Macarrão sem ovos parafuso + Frango ao molho desfiado + salada de vagem + melancia		
Jantar 16:00H/16:30H	Cenoura (arroz, frango, abobrinha, cenoura batata) + maçã		Quijana, Carne moída ao molho + abobrinha refogada + melancia		Macarrão sem ovos com frango ao molho + legumes refogados (brocolis c couve flor) + laranja		Arroz, carnelete (cenoura, batata, carne de leite com carne moída, alface, cenoura ralada + pipoca + bolo sem ovos)		
SEGUNDA	14/10/2024		15/10/2024		16/10/2024		17/10/2024		
Desjejum 7:30H/8:00H	Suco integral de uva, sanduíche de pão sem ovos fritado + queijo + tomate + alface		Suco integral de maçã + bolo sem ovos + mamão		Café com leite + biscoito sem ovos salgado integral + laranja		Vitamina de frutas (abacate + banana) + biscoito sem ovos doce integral		
Almoço 10:30H/11:00H	RECESSO ESCOLAR		Arroz, Feijão preto, Frango grelhado, abobora refogada + melão		Arroz, Feijão carioca, Carne bovina ao molho com mandioca + salada de alface + maçã		Arroz, Feijão preto, Frango ao molho, jardim de legumes (batata salsinha, cenoura, chuchu) + banana		
Lanche 14:00H/14:30H	Vitamina de frutas (abacate + banana) + biscoito sem ovos doce integral		Suco maracujá (polpa/fruta) + pão sem ovos fritado integral com requeijão		logute de morango + salada de frutas (maçã, manga e uva) com aveia		Suco integral de macã + bolo sem ovos + mamão		
Jantar 16:00H/16:30H	Polenta com carne moída ao molho + salada de beterraba + laranja		Macarrão sem ovos com frango ao molho + legumes refogados (brocolis e couve flor) + manga		Risoto de carne (batata, cenoura, carne moída, ervilha) + salada de alface + maçã		Sopa de frango + mandioca + beterraba + abobrinha + melão		
CEI	Observação: Pães, biscoitos, bolos, cereais (aveia) e farinhas sem traços de ovos.		AJUNTO						
Patrícia dos Santos Alves Garcia	Lígia Márcia Toledo/Faixa Vicente		Camile Conceitino de Carvalho		Anaete Paes Guedes		Edilene Oliveira Gomes Sampaio		
Mat Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO	Mat Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO		Mat Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO		CHN 6 149		Nutricionista Operacional		
Nº 7831	Nº 1102		Nº 1102						

CMEI / CEI DE 3 A 5 ANOS – CARDÁPIO OUTUBRO/2024

SEM OVOS

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	
	21/10/2024	22/10/2024	23/10/2024	24/10/2024	25/10/2024	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MAMÃE
						MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL INF.
Desjejum 7:30H/8:00H	Chá com leite + pão sem ovos + manteiga	Leite com mamão + biscoito sem ovos de polvilho salgado	Suco de morango + pão sem ovos com frango desfiado ao molho + melão	Suco de morango + salada de frutas (maçã, manga e uva) com aveia	Suco de maracujá + pão sem ovos de leite com carne moída, alface, cenoura ralada + bolo sem ovos	KCAL 505 Kcal 505 Kcal
Almoço 10:30H/11:00H	Arroz integral, Feijão carioca, Frango (salsam) ao molho + salada de alface + maçã	Arroz, Feijão preto, Carne moída ao molho + salada acelga + laranja	Arroz, Feijão carioca, Frango grelhado, legumes refogados (abobrinha e cenoura) + melancia	Arroz, Feijão preto, Carne ao molho, quierra + salada de beterraba + banana	Risoto de Frango (batata, cenoura e frango) + salada de vaca + ameixa	PTN 31 LIP 11 CALCIO 179 FERRO 4 VITAMINA A 232 VITAMINA C 13
Lanche 14:00H/14:30H	Café com leite + biscoito sem ovos salgado integral + melão	Chá com limão, sanduíche de pão sem ovos fritado + queijo + tomate + alface	Vitamina de frutas (banana + morango) + biscoito sem ovos doce integral	Chá com leite + pão sem ovos + manteiga	Suco de maracujá + pão sem ovos de leite com carne moída, alface, cenoura ralada + bolo sem ovos	PTN 28 LIP 9 CALCIO 160 FERRO 3 VITAMINA A 275 VITAMINA C 33
Jantar 16:00H/16:30H	Macarrão sem ovos com carne moída + Legumes refogados (cenoura e vagem) + laranja	Poletina + Frango ao molho + salada de acelga com tomate + maçã	Arroz carreteiro (cenoura, batata, carne iscas, ervilha) + salada de alface + ameixa	Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata) + melancia	Quierra + Carne moída ao molho + abobrinha refogada	MAG 19 MAG 19 MAG 19 MAG 19 MAG 19 MAG 19
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	
Desjejum 7:30H/8:00H	28/10/2024	29/10/2024	30/10/2024	31/10/2024		
Desjejum 7:30H/8:00H	Suco de abacaxi natural + pão sem ovos com frango desfiado ao molho + melão	Café com leite + pão de queijo vegano	Suco de morango + pão sem ovos com frango desfiado ao molho + banana	Suco integral de uva, sanduíche de pão sem ovos fritado + queijo + tomate + alface	Suco integral de uva, sanduíche de pão sem ovos fritado + queijo + tomate + alface	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MAMÃE
Almoço 10:30H/11:00H	Arroz, Feijão com cubos de carne bovina, farofa de cenoura + laranja	Arroz, Feijão carioca, Sobrecoxa ao molho com cenoura, salada de brócolis + melão	Arroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de alface	Arroz, Feijão preto, Frango ao molho com legumes (vagem e cenoura) + salada de couve flor + manga	Arroz, Feijão preto, Frango ao molho com legumes (vagem e cenoura) + salada de couve flor + manga	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL INF.
Lanche 14:00H/14:30H	Leite com mamão + biscoito sem ovos de polvilho salgado	Sagu + manga	Suco de abacaxi natural + pão sem ovos com frango desfiado ao molho + melão	Café com leite + pão de queijo vegano	Café com leite + pão de queijo vegano	
Jantar 16:00H/16:30H	Sopa de frango + mandioca + beterraba + abobrinha + melão	Poletina + Carne moída ao molho + salada de acelga + maçã	Risoto de frango (batata, cenoura, frango, milho) + salada de beterraba + manga	Purê de batatas + Carne moída ao molho + salada de alface / (tomate + mamão)	Purê de batatas + Carne moída ao molho + salada de alface / (tomate + mamão)	
			Observação: Pães,biscoitos, bolos,cereais(aveia) e farinhas sem trigo de ovos			
						ALMOÇO

Patrícia dos Santos Alves Garcia
Mat Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO
Nº181

Lígia Maria Toledo/Fára Vicente
Mat Funcional nº 71146 CRN 8º
REGIÃO Nº2321

Camile Consantino de Carvalho
Mat Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO
Nº102

Assinatura: Lígia Maria Toledo
Assinatura: Camile Consantino de Carvalho
Assinatura: Patrícia dos Santos Alves Garcia
Assinatura: Lígia Maria Toledo/Fára Vicente
Assinatura: Camile Consantino de Carvalho
Assinatura: Amélia Augustinho
CRN 18489

CMEI / CEI DE 3 A 5 ANOS – CARDÁPIO OUTUBRO/2024

APLIV + SEM OVO

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MAMMA		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARE	
						1/10/2024	21/10/2024	31/10/2024	4/11/2024
Desjejum 7:30H/8:00H						Leite vegetal com cacau (100%) + pão sem leite sem ovo com creme vegetal	Café com Leite vegetal + Bolo sem leite sem ovo	Vitamina de frutas com leite vegetal (banana + morango) + biscoito sem leite sem ovo doce integral	Chá com Leite vegetal + biscoito sem leite sem ovo saudável integral + banana
Almoço 10:30H/11:00H						Arroz, Feijão carioca, Frango (sassami) grelhado + salada de acelga + maçã	Arroz integral, Feijão preto, Carne moída ao molho, Purê de batatas sem leite + salada de brócolis + melão	Arroz, Feijão preto, Barreado, farofa de banana da terra + salada de tomate e cebola + laranja	PTN 23 0 PTN 26 9
Lanche 14:00H/14:30H						Suco de abacaxi natural + pão sem leite sem ovo com frango desfiado ao molho + laranja	Suco de morango + pão sem leite sem ovo com frango desfiado ao molho + manga	Café com Leite vegetal + Bolo sem leite sem ovo	PTN 14 9 LIP 16 9
Jantar 16:00H/16:30H						Risoto de carne (batata, cenoura, carne moída, ervilha) + salada de beterraba + melão	Querida + Frango ao molho + abóbora	Sopa de feijão (batata, mandioquinha, carne, cenoura) + couve + laranja	FERRO 3 Mg FERRO 3 Mg VITAMINA A 195 Mg VITAMINA C 31 Mg VITAMINA A 246 Mg VITAMINA C 22 Mg
Desjejum 7:30H/8:00H	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MAMMA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARE		
	7/10/2024	8/10/2024	9/10/2024	10/10/2024	11/10/2024				
Almoço 10:30H/11:00H						Suco de maracujá (polpa/fruta) + pão sem leite sem ovo fritado integral com queijo/jogurte	Suco de abacaxi natural + pão sem leite sem ovo hot dog com carne moída, alface, cenoura ralada + piroca + Bolo	KCAL 505 Kcal KCAL 517 Kcal	
FERIADO						Arroz, Feijão carioca, Carne moída ao molho, polenta + salada de beterraba + laranja	Arroz, Feijão preto, Sobrecoxa ao molho com cenoura + salada de brócolis + mamão	PTN 26 9 PTN 28 9	
Lanche 14:00H/14:30H						Suco de morango + pão sem leite sem ovo com frango desfiado ao molho sem leite + melão	Arroz colorido, Feijão carioca, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe + salada de alface	PTN 9 9 LIP 16 9	
Jantar 16:00H/16:30H						Café com Leite vegetal + pão sem leite sem ovo + queijo vegano/creme vegetal	Macarrão sem ovos parafuso + Frango ao molho desfiado + salada de melancia	PTN 9 9 LIP 16 9	
Desjejum 7:30H/8:00H	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MAMMA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARE		
	14/10/2024	15/10/2024	16/10/2024	17/10/2024	18/10/2024				
Almoço 10:30H/11:00H						Suco integral de uva, sanduíche de pão sem leite sem ovo fritado + queijo vegano + tomate + alface	Macarrão sem ovos com frango ao molho + legumes refogados (brocolis e couve flor) + abobrinha refogada + melancia	KCAL 566 Kcal KCAL 517 Kcal	
RECESSO ESCOLAR						Arroz, Feijão preto, Frango grelhado, abóbora refogada + melão	Arroz, Feijão carioca, Carne bovina ao molho com mandioca + salada alface + maçã	PTN 26 9 PTN 28 9	
Lanche 14:00H/14:30H						Vitamina de frutas com leite vegetal (abacate + banana) + biscoito sem leite sem ovo doce integral	Arroz colorido, Feijão carioca, Carne moída ao molho + salada de repolho + manga	PTN 9 9 LIP 16 9	
Jantar 16:00H/16:30H						Polenta com carne moída ao molho + salada de beterraba + laranja	Suco maracujá (polpa/fruta) + pão sem leite sem ovo fritado integral com queijo/jogurte	PTN 9 9 LIP 16 9	
GHEI									

Observação: somente adicionar leite vegetal quando descrito no cardápio. Pães, biscoitos, bolos, cereais (aveia) e farinhas sem traços de leite e ovos

ALUNO

Patrícia dos Santos Alves Garcia
Mat Funcional nº 7993 CRN 8º REGIÃO
REGIÃO Nº 1781

Lígia Márcia Toledo Faria Vicente
Mat Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO Mat Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO
Nº 102

Assinatura Coordenadora Operacional
CRN 8 6138
Nutricionista Controlador Operacional

CMEI / CEI DE 3 A 5 ANOS – CARDÁPIO OUTUBRO/2024

Risotolandia

APIV + SEM OVO

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MAMÃE		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
						KCAL	Kcal	KCAL	Kcal
Desjejum 7:30H/8:00H	Chá com Leite vegetal + pão sem leite sem ovo + Creme vegetal	Leite vegetal com mamão + biscoito sem leite sem ovo de polvilho salgado	Suco de morango + pão sem leite sem ovo com frango desfiado ao molho sem leite + melão	logurte de morango vegano + salada de frutas (maçã, manga e uva) com aveia sem leite sem ovo	Suco de maracujá + pão sem leite sem ovo hot dog com carne moída, alface, cenoura ralada + Bolo sem leite sem ovo	493	595	493	595
Almoço 10:30H/11:00H	Arroz integral, Feijão carioca, Frango (salsam) ao molho + salada de alface + maçã	Arroz, Feijão preto, Carne moída ao molho + salada acelga + laranja	Arroz, Feijão carioca, Frango grelhado, legumes refogados (abobrinha e cenoura) + melancia	Arroz, Feijão preto, Carne ao molho, quirera + salada de beterraba + banana	Risoto de Frango (batata, cenoura e frango) + salada de vagem + ameixa	31	9	PRN	28
Lanche 14:00H/14:30H	Café com Leite vegetal + biscoito sem leite sem ovo salgado integral + melão	Chá com limão, sanduíche de pão sem leite sem ovo fritado + queijo vegano + tomate + alface	Vitamina de frutas com leite vegetal (banana + morango) + biscoito sem leite sem ovo doce integral	Chá com Leite vegetal + pão sem leite sem ovo hot dog com carne moída, alface, cenoura ralada + Bolo sem leite sem ovo	PRN	11	9	LP	9
Jantar 16:00H/16:30H	Macarrão sem ovos com carne moída + Legumes refogados (cenoura e vagem) + laranja	Poenta + Frango ao molho + salada de acelga com tomate + maçã	Arroz carreteiro (cenoura, batata, carne iscas, ervilhas) + salada de alface + ameixa	Canjá (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata) + melancia	Quirera + Carne moída ao molho + abobrinha refogada	179	Mg	CALCIO	190
SEGUNDA		TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MAMÃE		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
29/10/2024		29/10/2024	30/10/2024	31/10/2024		KCAL	Kcal	KCAL	Kcal
Desjejum 7:30H/8:00H	Suco de abacaxi natural + pão sem leite sem ovo com frango desfiado ao molho + melão	Café com Leite vegetal + pão de queijo vegano	Suco de morango + pão sem leite sem ovo com frango desfiado ao molho sem leite + banana	Suco integral de uva, sanduíche de pão sem leite sem ovo fritado + queijo vegano + tomate + alface	FERRO	4	Mg	FERRO	3
Almoço 10:30H/11:00H	Arroz, Feijada com cubos de carne bovina, farofa de cenoura + laranja	Arroz, Feijão carioca, Sobrecoxa ao molho com cenoura, salada de brócolis + melão	Arroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de alface	Arroz, Feijão preto, Frango ao molho com legumes (vagem e cenoura) + salada de couve flo + manga	VITAMINA A	232	Mg	VITAMINA A	275
Lanche 14:00H/14:30H	Leite vegetal com mamão + biscoito sem leite sem ovo de polvilho salgado	Sagu + manga	Suco de abacaxi natural + pão sem leite sem ovo com frango desfiado ao molho + melão	Café com Leite vegetal + pão de queijo vegano	CALCIO	96	Mg	CALCIO	166
Jantar 16:00H/16:30H	Sopa de frango + mandioca + beterraba + abobrinha + melão	Poenta + Carne moída ao molho + salada de acelga + maçã	Risoto de frango (batata, cenoura, frango, milho) + salada de beterraba + manga	Purê de batatas sem leite + Carne moída ao molho + salada de alface c/ tomate + mamão	FERRO	3	Mg	FERRO	2
CMEI									
Observação: somente adicionar leite vegetal quando descrito no cardápio. Pães,biscoitos, bolos,cereais(aveia) e farinhas sem travos de leite e ovos									
ALUNO									

Patrícia dos Santos Alves Garcia
Mat Funcional nº 7893 CRN 8º
REGIÃO Nº2321

Lígia Matos Lobato Faria Vicente
Mat Funcional nº 1146 CRN 8º REGIÃO
Nº1102

Assinatura Augustinho
Assessoria Geral à Criança e Adolescentes
Coordenadoria de Operacional
Município Centro Operacional

Risotolandia

INTOLERÂNCIA A LACTOSE

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MAMÃE	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TIRABUZÃO
	11/10/2024	12/10/2024	13/10/2024	14/10/2024	15/10/2024	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MAMÃE	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TIRABUZÃO
Desjejum 7:30H/8:00H							
Leite sem lactose com cebola (100%) + pão sem lactose de cenoura com manteiga sem lactose	Café com Leite sem lactose + bolo de laranja	Vitamina de frutas com leite sem lactose (banana + morango) + biscoito sem lactose doce integral	Chá com Leite sem lactose + biscoito sem lactose saudável integral + banana	KCAL	556	KCAL	KCAL
Aroz, Feijão carioca, Frango (gassami) grelhado + salada de acelga + maçã	Aroz integral, Feijão preto, Carne moída ao molho, Purê de batatas sem leite + salada de (sobrecoxa) + cenoura e milho refogados + manga	Aroz, Feijão carioca, Frango assado batatas + cenoura + salada de tomate e cebola + laranja	PYN	23	9	PYN	26
Suco de abacaxi natural + pão de milho sem lactose com ovo + laranja	Suco de morango + torta de frango com legumes sem lactose + manga	Leite sem lactose com cenoura com manteiga sem lactose	Café com Leite sem lactose + bolo de laranja sem lactose	CHO	03	0	CHO
Risoto de carne (batata, cenoura, carne moída, ervilha) + salada de beterraba + melão	Quijana + Frango ao molho + abóbora rehogada + maçã	Sopa de feijão (batata, mandioquinha, carne, cenoura) + couve + laranja	Purê de batatas sem leite + Frango ao molho + salada de pêpero e tomate + manga	PRO	0	16	0
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MAMÃE	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TIRABUZÃO
	11/10/2024	12/10/2024	13/10/2024	14/10/2024	15/10/2024	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MAMÃE	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TIRABUZÃO
Desjejum 7:30H/8:00H							
Café com Leite sem lactose + pão sem lactose de cenoura + queijo sem lactose/margarina sem lactose	Loguerre de morango sem lactose + biscoito sem lactose doce integral + banana	Suco miracujá (polpa/fruta) + pão sem lactose fatiado integral com requeijão sem lactose	Suco de abacaxi natural + pão sem lactose hot dog com carne moída, alface, cenoura + alface + pipoca + bolo de cenoura c/ cobertura de cacau 100% com leite sem lactose	KCAL	566	KCAL	KCAL
Almoço 10:30H/11:00H							
Aroz, Feijão carioca, Carne moída ao molho, polenta + salada de beterraba + laranja	Aroz, Feijão preto, Sobrecoxa ao molho com cenoura + salada de brócolis + mamão	Aroz colorido, Feijão carioca, Peixe ao molho, Pão do molho da peixe + salada de alface	PYN	25	0	PYN	28
FERIADO							
Lanche 14:00H/14:30H							
Suco de morango + torta de frango com legumes sem lactose + melão	Café com leite sem lactose + pão sem lactose de cenoura + queijo sem lactose/margarina sem lactose	Loguerre de morango sem lactose + biscoito sem lactose doce integral + banana	Suco de abacaxi natural + pão sem lactose hot dog com carne moída, alface, cenoura fritada + pipoca + bolo de cenoura c/ cobertura de cacau 100% com leite sem lactose	PTN	91	PTN	88
Jantar 16:00H/16:30H							
Caixinha (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata) + maçã	Quijana, Carne moída ao molho + abobrinha refogada + melancia	Macarrão com frango ao molho + legumes refogados (brócolis e couve flor) + laranja	Macarrão parafuso + Frango ao molho desfiado + salada de vagem + melancia	CHO	84	9	CHO
SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA			
	14/10/2024	15/10/2024	16/10/2024	17/10/2024	18/10/2024		
Desjejum 7:30H/8:00H							
Suco integral de uva, sanduíche de pão sem lactose fatiado + queijo sem lactose + tomate + alface	Suco integral de maçã + bolo de fubá sem lactose + mamão	Café com Leite sem lactose + biscoito sem lactose saudável integral + laranja	Vitamina de frutas com leite sem lactose (abacate + banana) + biscoito sem lactose doce integral	PRO	112	PRO	228
Almoço 10:30H/11:00H							
Aroz, Feijão preto, Ovos mexidos, abobora refogada + melão	Aroz, Feijão carioca, Carne bovina ao molho com mandioca + salada alface + maçã	Aroz, Feijão preto, Frango ao molho, jardineira de legumes (batata salsinha, cenoura, chuchu) + banana	Aroz colorido, Feijão carioca, Quijana assado + salada de repolho + manga	PTN	25	9	PTN
RECESSO ESCOLAR							
Lanche 14:00H/14:30H							
Vitamina de frutas com leite sem lactose (abacate + banana) + biscoito sem lactose doce integral	Suco maracujá (polpa/fruta) + pão sem lactose fatiado integral com requeijão sem lactose	Loguerre de morango sem lactose + salada de frutas (maçã, manga e uva) com aveia sem lactose	Suco integral de maçã + bolo de fubá sem lactose + mamão	CHO	86	9	CHO
Jantar 16:00H/16:30H							
Poêntea com almôndegas ao molho + legumes de beterraba + laranja	Macarrão com frango ao molho + legumes refogados (brócolis e couve flor) + manga	Risoto de carne (batata, cenoura, carne moída, ervilha) + salada de alface + maçã	Sopa de frango + mandioca + beterraba + abobrinha + melão	PTN	159	PTN	119
QUINTA	SEXTA						
	14/10/2024						
Observação: Leite, Pães, biscoitos, bolos, cenouras (aveia) e farinhas sem traços de lactose							
ALMOÇO							
CHEFE							
APPENDIX							

Patrícia dos Santos Alves Garcia

Lígia Márcia Trindade Faria Vicente

Carmel Consentino de Carvalho

Mat Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO

Mat Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO

Nº2321

Nº1102

CMEI / CEI DE 3 A 5 ANOS – CARDÁPIO OUTUBRO/2024

Risotolandia

INTOLERÂNCIA A LACTOSE

		SEGUNDA		TERÇA		QUARTA		QUINTA		SEXTA		SÁBADO SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MAMÁ		SÁBADO SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TÁRDE			
		21/10/2024		22/10/2024		23/10/2024		24/10/2024		25/10/2024		KCAL	KCAL	KCAL	KCAL		
												556	556	555	555		
Desjejum	7:30H/18:00H	Chá com Leite sem lactose + pão sem lactose		Leite sem lactose com mamão + biscoito sem lactose de polvilho salgado		Suco de morango + torta de frango com legumes sem lactose + melão		logurte de morango sem lactose + salada de frutas (maçã, manga e uva) com aveia sem lactose		Suco de manacujá + pão sem lactose hot dog com carne moída, alface cebola ralada + bolo de chocolate sem lactose		KCAL	KCAL	KCAL	KCAL		
Almoço	10:30H/11:00H	Aroç integral, Feijão carioca, Frango (sassam) ao molho + salada de alface + maçã		Aroç, Feijão preto, Bolinho de carne ao molho + salada acelga + laranja		Aroç, Feijão carioca, Omelete assado, legumes refogados (abobrinha e cenoura) + melancia		Aroç, Feijão preto, Carne ao molho, qui奎ra + salada de beterraba + banana		Risoto de Frango (batata, cenoura e frango) + salada de vagem + amêndoa		PIR	31	0	PIR	28	0
Lanche	14:00H/14:30H	Café com Leite sem lactose + biscoito sem lactose salgado Integral + melão		Chá com limão, sanduíche de pão sem lactose (laticínio + queijo sem lactose + tomate + alface)		Vitamina de frutas com leite sem lactose (banana + morango) + biscoito sem lactose doce integral		Chá com Leite sem lactose + pão sem lactose com milho + manteiga sem lactose		Suco de maracujá + pão sem lactose hot dog com carne moída, alface,cenoura ralada + bolo de chocolate sem lactose		CALCIO	178	Mg	CALCIO	190	Mg
Jantar	16:00H/16:30H	Macarrão com carne moída + Legumes refogados (cenoura e vagem) + laranja		Poletinha + Frango ao molho + salada de acelga com tomate + maçã		Aroç, carneiro (cenoura, batata, carne issas, ervilha) + salada de alface + amêndoa		Canjica (arroz, frango abobrinha, cenoura, batata) + melancia		Qui奎ra + Carne moída ao molho + abobrinha refogada		FERRO	4	Mg	FERRO	3	Mg
		SEGUNDA		TERÇA		QUARTA		QUINTA		SEXTA		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MAMÁ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TÁRDE			
		28/10/2024		29/10/2024		30/10/2024		31/10/2024		31/10/2024		KCAL	KCAL	KCAL	KCAL		
Desjejum	7:30H/18:00H	Suco de abacaxi natural + pão sem lactose com ovo + melão		Café com Leite sem lactose + pão de queijo vegano		Suco de morango + torta de frango com legumes sem lactose + banana		Suco integral de uva, sanduíche de pão sem lactose fritado + queijo sem lactose + tomate + alface		Suco integral de uva, sanduíche de pão sem lactose fritado + queijo sem lactose + tomate + alface		PIR	22	0	PIR	22	0
Almoço	10:30H/11:00H	Aroç, Feijada com cubos de carne bovina, farofa de cenoura + laranja		Aroç, Feijão carioca Sobrecoxa ao molho com cenoura, salada de brócolis + melão		Aroç colorido, Feijão preto, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de alface		Aroç, Feijão preto, Frango ao molho com legumes (vagem e cenoura) + salada de couve flor + manga		CALCIO	71	0	CALCIO	60	0		
Lanche	14:00H/14:30H	Leite sem lactose com manjão + biscoito sem lactose de pão filho salgado		Sagu + manga		Suco de abacaxi natural + pão sem lactose com ovo + melão		Café com Leite sem lactose + pão de queijo vegano		CALCIO	7	0	CALCIO	13	0		
Jantar	16:00H/16:30H	Sopa de frango + mandioca + beterraba + abobrinha + melão		Poletinha + Carne moída ao molho + salada de acelga + maçã		Risoto de frango (batata, cenoura, frango, milho) + salada de beterraba + manga		Purê de batatas sem leite + Carne moída ao molho + salada de alface c/ tomate + mamão		FERRO	127	Mg	FERRO	2	Mg		
		CMEI		Observação: Leite, Pães, biscoitos, bolos, cereais, aveia e farinhas sem traços de lactose		ALUNO											

Patrícia dos Santos Alves Garcia

Lígia Márcia Vilela Faria Vicente

Camille Consentino de Carvalho

Edilene Oliveira Costa Barbosa
Assistente Social
Educação Infantil

Antônio Augusto
Assessor Nutricional

Mat Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO

Mat Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO

Mat Funcional nº 7834 CRN 8º REGIÃO

Nº1102

Nº2321

APLIV

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MAMMA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
	1/10/2024	2/10/2024	3/10/2024	4/10/2024	5/10/2024	KCAL	KCAL
Desjejum 7:30H/8:00H							
	Leite vegetal com cacau (100%) + pão sem leite de cenoura com creme vegetal	Café com Leite vegetal + Bolo sem leite	Vitamina de frutas com leite vegetal (banana + morango) + biscoito sem leite doce integral	Chá com Leite vegetal + biscoito sem leite salgado integral + banana	Chá com Leite vegetal + biscoito sem leite salgado integral + banana	KCAL 595	KCAL 491
Almoço 10:30H/11:00H							
	Arroz, Feijão carioca, Frango (sassam) grelhado + salada de azeiga + maçã	Arroz integral, Feijão preto, Carne moída ao molho, Purê de batatas sem leite + salada de brócolis + melão	Arroz, Feijão carioca, Frango assado (sobrecoxa) + cenoura e milho refogados + manga	Arroz, Feijão preto, Batido de banana da terra + salada de tomate e cebola + laranja	Arroz, Feijão preto, Batido de banana da terra + salada de tomate e cebola + laranja	PIN 23	PIN 26
Lanche 14:00H/14:30H							
	Suco de abacaxi natural + pão de milho sem leite com ovo + laranja	Suco de morango + torta de frango com legumes sem leite + manga	Leite vegetal com cacau (100%) + pão sem leite frito com creme vegetal	Café com Leite vegetal + Bolo sem leite	Café com Leite vegetal + Bolo sem leite	LIP 14	LIP 16
Jantar 16:00H/16:30H							
	Risoto de carne (batata, cenoura, carne moída, ervilha) + salada de beterraba + melão	Quirita + Frango ao molho + abóbora refogada + maçã	Sopa de feijão (batata, mandioquinha, carne, cenoura) + couve + laranja	Purê de batatas sem leite + Frango ao molho + salada de pepino e tomate + manga	Purê de batatas sem leite + Frango ao molho + salada de pepino e tomate + manga	VITAMINA A 195	VITAMINA A 246
SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MAMMA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
7/10/2024	8/10/2024	9/10/2024	10/10/2024	11/10/2024	KCAL	KCAL	
Desjejum 7:30H/8:00H							
	Café com Leite vegetal + pão sem leite de cenoura + queijo vegano/com creme vegetal	Logrite de morango vegano + biscoito sem leite doce integral + banana	Suco maracujá (polpa/fruta) + pão sem leite frito integral com requeijão vegano	Suco de abacaxi natural + pão sem leite hot dog com carne moída, alface, cenoura ralada + pipoca + Bolo sem leite	KCAL 595	KCAL 517	
Almoço 10:30H/11:00H							
	Arroz, Feijão carioca, Carne moída ao molho, polenta + salada de beterraba + laranja	Arroz, Feijão preto, Sobrecoxa ao molho com cenoura + salada de brócolis + mamão	Arroz colorido, Feijão carioca, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe + salada de alface	Macarrão parafuso + Frango ao molho destilado + salada de vagem + melancia	PIN 26	PIN 28	
FERIADO							
Lanche 14:00H/14:30H							
	Suco de morango + torta de frango com legumes sem leite + melão	Café com Leite vegetal + pão sem leite de cenoura + queijo vegano/com creme vegetal	Logrite de morango vegano + biscoito sem leite doce integral + banana	Suco de abacaxi natural + pão sem leite hol dog com carne moída, alface, cenoura ralada + pipoca + Bolo sem leite	CALCI 112	CALCI 28	
Jantar 16:00H/16:30H							
	Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata) + maçã	Quirita, Carne moída ao molho + abobrinha refogada + melancia	Macarrão com frango ao molho + legumes refogados (brócolis e couve flor) + laranja	Arroz carreteiro (cenoura, batata, carne moída, ervilha) + salada de alface + mamão	VITAMINA A 192	VITAMINA A 181	
SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MAMMA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
14/10/2024	15/10/2024	16/10/2024	17/10/2024	18/10/2024	KCAL	KCAL	
Desjejum 7:30H/8:00H							
	Suco integral de uva sanduíche de pão sem leite italiano + queijo vegano + tomate + alface	Suco integral de maçã + Bolo sem leite + mamão	Café com Leite vegetal + biscoito sem leite salgado integral + laranja	Vitamina de frutas com leite vegetal (abacate + banana) + biscoito sem leite doce integral	KCAL 557	KCAL 428	
Almoço 10:30H/11:00H							
	Arroz, Feijão preto, Ovos mexidos, abóbora refogada + melão	Arroz, Feijão carioca, Carne bovina ao molho com mandioca + salada alface + maçã	Arroz, Feijão preto, Frango ao molho, jardineira de legumes (batata salsinha, cenoura, chuchu) + banana	Arroz colorido, Feijão carioca, Quiibe assado + salada de repolho + manga	CHD 85	CHD 77	
RECESSO ESCOLAR							
Lanche 14:00H/14:30H							
	Vitamina de frutas com leite vegetal (abacate + banana) + biscoito sem leite doce integral	Suco maracujá (polpa/fruta) + pão sem leite fritado integral com requeijão vegano	Logrite de morango vegano + salada de frutas (maçã, manga e uva) com aveia sem leite	Suco integral de maçã + Bolo sem leite + mamão	PIN 25	PIN 21	
Jantar 16:00H/16:30H							
	Poletinha com almondegas ao molho + salada de beterraba + laranja	Macarrão com frango ao molho + legumes refogados (brócolis e couve flor) + manga	Risoto de carne (batata, cenoura, carne moída, ervilha) + salada de alface + maçã	Sopa de frango + mandioca + beterraba + abóbora + melão	VITAMINA A 150	VITAMINA A 224	
CMEI							
	Observação: somente adicionar leite vegetal quanto descrito no cardápio. Pão, biscoito sem leites, batatas, cereais (aveia) e torrinhos sem trigo de leite						Grupo
Patrícia dos Santos Alves Garcia Mat Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO Nº1781	Lígia Marciota Toledo Faria Vicente Mat Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO Nº2321	Camile Consentino de Carvalho Mat Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO Nº1102					Página 1

CMEI / CEI DE 3 A 5 ANOS – CARDÁPIO OUTUBRO/2024

APLIV

		SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MÁXIMA				MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MÍNIMA					
		21/10/2024	22/10/2024	23/10/2024	24/10/2024	25/10/2024	KCAL	KJ	KCAL	KJ	KCAL	KJ	KCAL	KJ		
Desjejum 7:30H/8:00H		Chá com leite vegetal + pão sem leite de milho + creme vegetal	Leite vegetal com mamão + biscoito sem leite de polvilho sagado	Suco de morango + torta de frango com legumes sem leite + melão	Iogurte de morango vegano + salada de frutas (maçã, manga e uva) com aveia sem leite	Suco de maracujá + pão sem leite hot dog com carne molida, alface, cenoura ralada + molho	595	Kcal	595	Kcal	595	Kcal	595	Kcal		
Almoço 10:30H/11:00H		Arroz integral, Feijão caroeca, Frango (salsamini) ou molho + salada de alface + maçã	Arroz, Feijão preto, Bolinhos de carne ao molho + salada de alface + laranja	Arroz, Feijão preto, Omelete assado, legumes refogados (abobrinha e cenoura) + maçã	Arroz, Feijão preto, Carne ao molho, quinera + salada de beterraba + banana	Risolo de Frango (batata, cenoura e frango) + salada de vagens + ameixa	31	KJ	31	KJ	31	KJ	31	KJ		
Lanche 14:00H/14:30H		Café com Leite vegetal + biscoito sem leite salgado integral + melão	Chá com lirnão, sanduíche de pão sem leite faltado + queijo vegano + tomate + alface	Vitamina de frutas com leite vegetal (banana + morango) + biscoito sem leite doce integral	Chá com Leite vegetal + pão sem leite de milho + creme vegetal	Suco de maracujá + pão sem leite hot dog com carne molida alface, cenoura ralada + molho	11	KJ	11	KJ	11	KJ	11	KJ		
Jantar 16:00H/16:30H		Macarrão com carne moída + Legumes refogados (cenoura e vagem) + laranja	Potente + Frango ao molho + salada de acelga com tomate + maçã	Arroz, carneiro (cenoura, batata, carne iscas, enxilhado) + salada de alface + ameixa	Carne (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata) + melancia	Quinera + Carne moída ao molho + abobrinha refogada	232	KJ	232	KJ	232	KJ	232	KJ		
	SEGUNDA		TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MÁXIMA				MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MÍNIMA					
	28/10/2024		29/10/2024	30/10/2024	31/10/2024		KCAL	KJ	KCAL	KJ	KCAL	KJ	KCAL	KJ		
Desjejum 7:30H/8:00H		Suco de abacaxi natural + pão sem leite com ovo + melão	Café com Leite vegetal + pão de queijo vegano	Suco de morango + torta de frango com legumes sem leite e banana	Suco integral de uva, sanduíche de pão sem leite faltado + queijo vegano + tomate + alface	Arroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de legumes (vagem e cenoura) + salada de couve flor + franga	403	KJ	403	KJ	395	KJ	395	KJ		
Almoço 10:30H/11:00H		Arroz, Feijoadada com cubos de carne bovina, farofa de cenoura + laranja	Arroz, Feijão caroeca, Sobrecoxa ao molho com cenoura, salada de brócolis + melão	Arroz, Feijão preto, Peixe ao molho com alface	Café com Leite vegetal + pão de queijo vegano	Arroz, Feijão preto, Frango ao molho com legumes (vagem e cenoura) + salada de couve flor + franga	71	KJ	71	KJ	69	KJ	69	KJ		
Lanche 14:00H/14:30H		Leite vegetal com mamão + biscoito sem leite de pão milho salgado	Ságú + manga	Suco de abacaxi natural + pão sem leite com ovo + melão	Purê de batatas sem leite + Carne moída ao molho + salada de beterraba + manga	Café com Leite vegetal + pão de queijo vegano	9	KJ	9	KJ	9	KJ	9	KJ		
Jantar 16:00H/16:30H		Sopa de frango + mandioca + beterraba + abobrinha + melão	Polenta + Carne moída ao molho + salada de acelga + maçã	Purê de batatas sem leite + Carne moída ao molho + salada de beterraba + manga	Purê de batatas sem leite + Carne moída ao molho + salada de beterraba + manga	Purê de batatas sem leite + Carne moída ao molho + salada de beterraba + manga	2	KJ	2	KJ	174	KJ	174	KJ		
				CHÁ	Observação: somente adicionar leite vegetal quando descrito no cardápio. Pães, biscoito sem leites, bolos, cereais (aveia) e farinhas sem trigo do leite											
					ALMOÇO											
<i>Assinatura do Coordenador de Alimentação:</i>																
<i>Assinatura da Coordenadora de Educação Física:</i>																
<i>Assinatura da Coordenadora Pedagógica:</i>																
<i>Assinatura da Coordenadora Administrativa:</i>																

CMEI / CEI DE 3 A 5 ANOS – CARDÁPIO OUTUBRO/2024



		SEGUNDA		TERÇA		QUARTA		QUINTA		SEXTA		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MAMMA MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL T翻开			
Desjejum 7:30H/8:00H		Leite com caseiro (70%) + pão de cenoura com manteiga		Café com leite + bolo de laranja		Vitamina de frutas (banana + morango) + biscoito doce integral		Chá com leite + biscoito salgado integral + banana		KCAL	565	Kcal	KCAL	491	Kcal
Almoço 10:30H/11:00H		Arroz, Feijão carioca, Frango (salsão) grelhado + salada de acelga + macê		Arroz integral, Feijão preto, Carne moída ao molho, purê de batatas + salada de brócolis + melão		Arroz, Feijão carioca, Frango assado (sobrecoxa) + creme de milho + manga		Arroz, Feijão preto, Barradão, farofa de banana da terra + salada de tomate e cebola + laranja		PTN	23	9	PTN	26	9
Lanche 14:00H/14:30H		Suco de abacaxi natural + pão de milho com ovo + laranja		Suco de morango + torta de frango com legumes + manga		Leite com caseiro (70%) + pão faltado com manteiga		Café com leite + bolo de laranja		CaLClO	210	Mg	CaLClO	165	Mg
Jantar 16:00H/16:30H		Risoto de carne (batata, cenoura, carne moída, ervilha) + salada de beterraba + melão		Quijana + Frango ao molho + abóbora		Sopa de feijão (batata, mandioquinha, carne, cenoura) + couve + laranja		Purê de batatas + Frango ao molho + salada de pepino e tomate + manga		VITAMINA A	195	Mg	VITAMINA A	245	Mg
										VITAMINA C	31	Mg	VITAMINA C	22	Mg
SEGUNDA		TERÇA		QUARTA		QUINTA		SEXTA							
Desjejum 7:30H/8:30H		8/10/2024		9/10/2024		10/10/2024		11/10/2024							
Almoço 10:30H/11:00H		Café com leite + pão de cenoura + queijo/margarina		Logute de morango + biscoito doce integral + banana		Suco maracujá (polpa/fruta) + pão faltado integral com requeijão		Suco de abacaxi natural + Pão de leite com carne moída, alface, cenoura faltada + pipoca + bolo de cenoura c/ cobertura de cacau		KCAL	565	Kcal	KCAL	517	Kcal
FERIADO		Arroz, Feijão carioca, Carne moída ao molho, polenta + salada de beterraba + laranja		Arroz, Feijão preto, Sobrecoxa ao molho com cenoura + salada de brócolis + mamão		Arroz colorido, Feijão carioca, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe + salada de alface		Macarrão parafuso + Frango ao molho desfiado + salada de vagem + melancia		PTN	28	0	PTN	28	0
Lanche 14:00H/14:30H		Suco de morango + torta de frango com legumes + melão		Café com leite + pão de cenoura + queijo/margarina		Logute de morango + biscoito doce integral + banana		CaLClO	112	Mg	CaLClO	238	Mg		
Jantar 16:00H/16:30H		Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata) + manga		Quirera, Carne moída ao molho + abobrinha refogada + melancia		Macarrão com frango ao molho + legumes refogados (brocolis e couve flor) + laranja		Carne moída, alface, cenoura faltada + pipoca + bolo de cenoura c/ cobertura de cacaú		FERI	3	Mg	FERI	3	Mg
		SEGUNDA		TERÇA		QUARTA		QUINTA							
		14/10/2024		15/10/2024		16/10/2024		17/10/2024							
Desjejum 7:30H/8:00H		Suco integral de uva, sanduíche de pão faltado + queijo + tomate + alface		Suco integral de manga + bolo de fubá + manjão		Café com leite + biscoito salgado integral + laranja		Vitamina de frutas (abacate + banana) + biscoito doce integral		KCAL	557	Kcal	KCAL	479	Kcal
Almoço 10:30H/11:00H		Arroz, Feijão preto, Ovos mexidos, abóbora refogada + maionese		Arroz, Feijão carioca, Carne bovina ao molho com mandioca + salada alface + manga		Arroz, Feijão preto, Frango ao molho, jardim de legumes (batata salsinha, cenoura, chuchu) + banana		Arroz coloido, Feijão carioca, Quiabe assado + salada de espinafre + manga		PTN	25	0	PTN	21	0
RECESSO ESCOLAR		Vitamina de frutas (abacate + banana) + biscoito doce integral		Suco maracujá (polpa/fruta) + pão faltado integral com requeijão		Logute de morango + salada de frutas (maçã, manga e uva) com aveia		Suco integral de manga + bolo de fubá + manjão		CaLClO	159	Mg	CaLClO	119	Mg
Lanche 14:00H/14:30H		Poenta com almôndegas ao molho + salada de beterraba + laranja		Macarrão com frango ao molho + legumes refogados (brocolis e couve flor) + manga		Risoto de carne (batata, cenoura, carne moída, ervilha) + salada de alface + manga		Sopa de frango + mandioca + beterraba + abóbora + melão		VITAMINA A	192	Mg	VITAMINA A	224	Mg
Jantar 16:00H/16:30H										VITAMINA C	45	Mg	VITAMINA C	34	Mg
		CMEI													
		Observações:													

Patrícia dos Santos Alves Garcia

Mat Funcional nº 7833 CRN 8º REGIÃO

Lígia Marcella Toledo Faria Vicente

Mat Funcional nº 1146 CRN 8º REGIÃO

Camila Consentino de Carvalho

Mat Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO

Assinatura:

Assinatura:

Assinatura:

Assinatura:

Nº 102

Nº 232

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MAMMA / MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TADDE
	21/10/2024	22/10/2024	23/10/2024	24/10/2024	25/10/2024	
Desjejum 7:30H/8:00H	Chá com leite + pão de milho + manteiga	Leite com mamão + biscoito de polvilho salgado	Suco de morango + iogurte de frango com legumes + melão	Iogurte de morango + salada de frutas (maçã, manga e uva) com aveia	Suco de maracujá + Pão de leite com carne moída, alface, cenoura ralada + bolo de chocolate	KCAL 565 Kcal KCAL 565 Kcal
Almoço 10:30H/11:00H	Arroz integral, Feijão carioca, Frango (sassami) ao molho + salada de alface + maçã	Arroz, Feijão preto, Bolinho de carne ao molho + salada acelga + laranja	Arroz, Feijão carioca, Omelete assado, legumes refogados (abobrinha e cenoura) + melancia	Arroz, Feijão preto, Carne ao molho, quiebra + salada de beterraba + banana	Risoto de Frango (batata, cenoura e frango) + salada de vagem + ameixa	PTRN 31 0 CHO 87 0 PTRN 26 9
Lanche 14:00H/14:30H	Café com leite + biscoito salgado integral + melão	Chá com limão, sanduíche de pão fritado + queijo + tomate + alface	Vitamina de frutas (banana + morango) + biscoito doce integral	Chá com leite + pão de milho + manteiga	Suco de maracujá + Pão de leite com carne moída, alface, cenoura ralada + bolo de chocolate	CALICO 178 Mg CALICO 190 Mg
Jantar 16:00H/16:30H	Macarrão com carne moída + Legumes refogados (cenoura e vagem) + laranja	Poenta + Frango ao molho + salada de acelga com tomate + maçã	Arroz carreteiro (cenoura, batata, carne icas, ervilhaca) + salada de alface + ameixa	Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata) + melancia	Quirera + Carne moída ao molho + abobrinha refogada	FERRO 4 Mg FERRO 3 Mg
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	
	28/10/2024	29/10/2024	30/10/2024	31/10/2024		
Desjejum 7:30H/8:00H	Suco de abacaxi natural + pão com ovo + melão	Café com leite + pão de queijo	Suco de morango + torta de frango com legumes + banana	Suco integral de uva, sanduíche de pão fritado + queijo + tomate + alface	KCAL 493 Kcal KCAL 395 Kcal	
Almoço 10:30H/11:00H	Arroz, Feijão com cubos de carne bovina, farofa de cenoura + laranja	Arroz, Feijão carioca, Sobrecoxa ao molho com cenoura, salada de brócolis + melão	Arroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho com ovo de peixe, salada de alface	Arroz, Feijão preto, Frango ao molho com legumes (vagem e cenoura) + Salada de couve flor + manga	PTN 22 0 CHO 60 0 PTRN 22 0	
Lanche 14:00H/14:30H	Leite com manteiga + biscoito de polvilho salgado	Sagu + manga	Suco de abacaxi natural + pão com ovo + melão	Café com leite + pão de queijo	CALICO 96 Mg CALICO 168 Mg	
Jantar 16:00H/16:30H	Sopa de frango + mandioca + beterraba + abobrinha + melão	Poenta + Carne moída ao molho + salada de acelga + maçã	Risoto de frango (batata, cenoura, frango, milho) + salada de beterraba + manga	Purê de batatas + Carne moída ao molho + salada de alface c/ tomate + mamão	FERRO 3 Mg VITAMINA A 127 Mg VITAMINA A 174 Mg VITAMINA C 18 Mg VITAMINA C 30 Mg	
	QNEI		Observações:	ALUNO		

Patrícia dos Santos Alves Garcia
Lígia Márcia Freitas Faria Vicente
Mat Funcional nº 893 CRN 8º REGIÃO
Mat Funcional nº 1126 CRN 8º REGIÃO
Nº1781
Nº2321

Camile Consentino de Carvalho
Assistente Social
CRA 8º Grado
Ressponsável Operacional

Assistente Social
CRA 8º Grado
Ressponsável Operacional