



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



		SEGUNDA 22/7/2024		TERÇA 23/7/2024		QUARTA 24/7/2024		QUINTA 25/7/2024		SEXTA 26/7/2024		MÉDIA DIÁRIA VALOR NUTRICIONAL		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TAMBÉM															
Desjejum 7:30H/8:00H		Ciá com leite sem lactose + biscoito sagadito integral sem lactose + banana		Café com leite sem lactose + pão sem lactose + queijo sem lactose/margarina sem lactose		Suco integral de macâ+ bolo de tubá sem lactose + macâ		logurte de morango sem lactose + Salada de frutas (mamão, melão e uva) com aveia sem lactose		Suco de maracujá + Pão sem lactose com carne moida a molho, afixar cenoura ralada + bolo de chocolate sem lactose		KCAL	765	KCAL	619	KCAL													
Almoço 10:30H/11:00H		Arroz, Feijão preto, Ovos mexidos + Abóbora refogada + laranja		Arroz colorido, Feijão carioca, quibe assado + salada repolho + ponkan		Arroz/ Feijão preto, Frango ao molho com legumes (brócolis+cenoura), salada de pepino com tomate + melancia		Arroz , Feijão carioca + Creme cubos/ficas ao molho com mandioqua + salada de afixar+macâ		Macarrão parafuso, Frango ao molho desfiado, salada de beterraba + banana		PRO	39	PRO	30	PRO													
Lanche 14:00H/14:30H		Suco integral de macâ+ bolo de tubá sem lactose + macâ		logurte de morango sem lactose + Salada de frutas (mamão, melão e uva) com aveia sem lactose		Café com leite sem lactose + pão sem lactose + queijo sem lactose/margarina sem lactose		Vitamina de banana + morango com leite sem lactose + biscoito doce integral sem lactose		Suco de maracujá + Pão sem lactose com carne moida a molho, afixar cenoura ralada + bolo de chocolate sem lactose		LIP	19	LIP	14	LIP													
Jantar 16:00H/16:30H		Poleta com almôndegas ao molho + salada de beterraba + ponkan		Purê de batatas sem leite + frango ao molho + salada de cenoura		Risoto de carne (batata, cenoura, carne moída, ervilha) + salada de afixar + banana		Quirera + Frango ao molho + abóbora refogada + melão		Sopa de feijão (batata, mandioquinha, carne, cenoura) + couve + macâ		CAUCHO	252	CAUCHO	211	CAUCHO													
SEGUNDA 29/7/2024		TERÇA 30/7/2024		QUARTA 31/7/2024		QUINTA 01/8/2024		SEXTA 02/8/2024		SÁBADO		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL															
Desjejum 7:30H/8:00H		Suco de maracujá + pão sem lactose com requeijão sem lactose		Vitamina de banana+ morango com leite sem lactose + biscoito doce integral sem lactose						NUTRIENCIAS		NUTRIENCIAS		NUTRIENCIAS															
Almoço 10:30H/11:00H		Arroz, Feijão preto, Bananeado, farofa de banana da terra + salada tomate e cebola + laranja		Arroz, Feijão carioca, Frango (salsami) grelhado, salada de acelga+ melão						PRO	110	PRO	91	PRO															
FERIADO		Lanche 14:00H/14:30H		Café com leite sem lactose + bolo de laranja sem lactose		Leite sem lactose com cacau (100%) + pão fatiado sem lactose com manteiga sem lactose		Café com leite sem lactose + bolo de laranja abobrinha		Ferro		VITAMINA C		VITAMINA C															
Jantar 16:00H/16:30H		Sopa de frango + mandiocas+ beterraba+ abobrinha		Quirera + Creme moída ao molho + abobrinha refogada + banana		VITAMINA C		VITAMINA C		VITAMINA C		VITAMINA C		VITAMINA C															
Observação: Lute, Praia, Biscoitos, biscoitos, biscoitos, aveia sem leite) e farinhas sem fração de lactose																													
ALUNO																													
<i>Patrícia dos Santos Alves Garcia</i>		<i>Lígia Marcia Toledo Faria Vicente</i>		<i>Camile Conceição de Carvalho</i>		<i>Edilene Correia Costa Soledade</i>		<i>Amanda Ganhão</i>		<i>Mat Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO N°1781</i>		<i>Mat Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO N°1781</i>		<i>Mat Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO N°102</i>															
Coordenação Operacional Nutricionista Escolar, Operacional																													

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

RISORO D'ARTE

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

	APLIV + SEM OVO					
	SEGUNDA 17/7/2024	TERÇA 21/7/2024	QUARTA 24/7/2024	QUINTA 31/7/2024	SEXTA 4/8/2024	
Desjejum 7:30H/8:00H	Lata vegetal com cacau (100%) + pão fatiado sem leite sem ovo com creme vegetal	Suco de morango + pão sem leite sem ovo com frango desfiado ao molho + maçã	Café com leite vegetal + pão de queijo vegano	Leite vegetal com morango + Bolo sem leite sem ovo + ponkan	Suco integral de uva, sanduíche de pão fatiado sem leite sem ovo + queijo vegetal + tomate+ alface	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL HANNA MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TANDE
Almoço 10:30H/11:00H	Arroz integral, feijão preto, Carne ao molho, quinoa, salada beterraba +ponkan	Arroz, Feijão caroca, Peixe ao molho, polenta, salada de cenoura + mamão	Arroz, Feijão preto, Carne moída ao molho, polenta, salada de cenoura + mamão	Arroz colorido, Feijão caroca, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de alface	Arroz, Feijão preto, Frango assado (sobrecoxa) cenoura e milho refogados + melão	KCAL 747 KCAL 504 KCAL 79 KCAL 504 KCAL
Lanche 14:00H/14:30H	Suco de morango + pão sem leite sem ovo com frango desfiado ao molho + laranja	Canjica com leite vegetal + ponkan	Leite vegetal com banana+ Bolo sem leite sem ovo + ponkan	Café com leite vegetal + pão de queijo vegano	Suco integral de uva, sanduíche de pão fatiado sem leite sem ovo + queijo vegetal + tomate+ alface	PTE 37 PTE 23 PTE 11 PTE 9 PTE
Jantar 16:00H/16:30H	Risoto de frango (batata, cenoura, frango milho) + rúcula + salada de repolho + macê	Macarrão sem ovo com carne moída + legumes refogados (abobrinha com chuchu) + melancia	Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata)	Café com leite vegetal + pão de queijo vegano	Suco integral de uva, sanduíche de pão fatiado sem leite sem ovo + queijo vegetal + tomate+ alface	CaClO 451 CaClO 224 CaClO
	SEGUNDA 8/7/2024	TERÇA 9/7/2024	QUARTA 10/7/2024	QUINTA 11/7/2024	SEXTA 12/7/2024	
Desjejum 7:30H/8:00H						KCAL KCAL KCAL KCAL KCAL KCAL
Almoço 10:30H/11:00H						CHO CHO CHO CHO CHO CHO
RECESSO						FTH FTH FTH FTH FTH FTH
RECESSO						IP IP IP IP IP IP
RECESSO						CaClO CaClO CaClO CaClO CaClO CaClO
RECESSO						FERRO FERRO FERRO FERRO FERRO FERRO
RECESSO						VITAMINA A VITAMINA A VITAMINA A VITAMINA A VITAMINA A VITAMINA A
Jantar 16:00H/16:30H						VITAMINA C VITAMINA C VITAMINA C VITAMINA C VITAMINA C VITAMINA C
	SEGUNDA 15/7/2024	TERÇA 16/7/2024	QUARTA 17/7/2024	QUINTA 18/7/2024	SEXTA 19/7/2024	
Desjejum 7:30H/8:00H						MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL HANNA MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TANDE
Almoço 10:30H/11:00H						KCAL KCAL KCAL KCAL KCAL KCAL
RECESSO						CHO CHO CHO CHO CHO CHO
RECESSO						FTH FTH FTH FTH FTH FTH
RECESSO						IP IP IP IP IP IP
RECESSO						CaClO CaClO CaClO CaClO CaClO CaClO
RECESSO						FERRO FERRO FERRO FERRO FERRO FERRO
RECESSO						VITAMINA A VITAMINA A VITAMINA A VITAMINA A VITAMINA A VITAMINA A
Jantar 16:00H/16:30H						VITAMINA C VITAMINA C VITAMINA C VITAMINA C VITAMINA C VITAMINA C

CMEI

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

ALMO

**Observação:** somente adicionar leite vegetal quando descrito no cardápio. Pães,biscoitos, biscoitos,cereais, aveia) e iogurtes sem açúcar de leite e ovos

Aku

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

Lígia Márcia Toledo Faria Vicente  
Mat Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO  
Nº2321

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

Lidiane Correa Costa Sobral  
CRN 8 6303  
Coordenação Operacional

Anusda Galvao  
CRN 3 11501

COMI

10

Lidiane Correa Costa Sobral  
CRN 8 6303  
Coordenação Operacional

Anusda Galvao  
CRN 3 11501

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

Riscotozadim

APL + SEM OVO						REFeiTURAS ALIMENTAriAS MAnHã		REFeiTURAS ALIMENTAriAS NOITE	
	SEGUNDA 22/7/2024	TERÇA 23/7/2024	QUARTA 24/7/2024	QUINTA 25/7/2024	SEXTA 26/7/2024	KCAL	KCAL	KCAL	KCAL
Desjejum 7:30H/8:00H	Chá com leite vegetal + biscoito salgado/ integral sem leite sem ovo + laranja	Café com leite vegetal + pão sem leite sem ovo + queijo vegetal e creme vegetal	Suco integral de macê+ bolo sem leite sem ovo + maçã	Iogurte vegano de morango + Salada de frutas (mamão, melão e uva) com aveia	Suco de maracujá + Pão sem leite sem ovo com carne moída ao molho, alface,cenoura ralada + bolo sem leite sem ovo	785	626	619	619
Almoço 10:30H/11:00H	Arroz, Feijão preto, Frango grelhado + Abóbora refogada + laranja	Arroz colorido, Feijão carioca, quibe assado sem ovo + salada repolho + ponkan	Arroz/ Feijão preto, Frango ao molho com legumes (brócolis+cenoura), salada de pepino com tomate + melancia	Arroz , Feijão carioca + Carne cubos/salsas ao molho com mandioca+ salada de alface+maçã	Macarrão parafuso sem ovo, Frango ao molho desidratado, salada de beterraba + banana	39	9	30	9
Lanche 14:00H/14:30H	Suco integral de macê+ bolo sem leite sem ovo + maçã	Iogurte vegano de morango + Salada de frutas (mamão, melão e uva) com aveia	Café com leite vegetal + pão sem leite sem ovo + queijo vegetal e creme vegetal	Vitamina de banana + morango com leite vegetal + biscoito doce integral sem leite sem ovo	Suco de maracujá + Pão sem leite sem ovo com carne moída ao molho, alface,cenoura ralada + bolo sem leite sem ovo	252	49	211	49
Jantar 16:00H/16:30H	Poletaria com almidonetadas ao molho sem ovo + salada de beterraba + ponkan	Purê de batatas sem leite + frango ao molho + salada de cenoura	Risoto de carne (batata, cenoura, carne moida, ervilha) + salada de alface + banana	Quiriba + Frango ao molho + abóbora refogada + melão	Sopa de feijão (batata, mandioquinha, carne, cenoura) + couve + maçã	266	99	303	99
SEGUNDA 29/7/2024		TERÇA 30/7/2024		QUARTA 31/7/2024		QUINTA 01/8/2024		SEXTA 02/8/2024	
Desjejum 7:30H/8:00H	Suco de maracujá + pão fatiado integral sem leite sem ovo com requeijão vegano	Vitamina de banana+ morango com leite vegetal + biscoito doce integral sem leite sem ovo	Arroz, Feijão preto, Barreado, farofa de banana da terra + salada tomate e cebola + laranja	Arroz, Feijão carioca, Frango (sassami) grelhado, salada de acelga+ melão	CALCIo	110	9	CALCIo	91
Almoço 10:30H/11:00H	Arroz, Feijão preto, Barreado, farofa de banana da terra + salada tomate e cebola + laranja	Leite vegetal com cacau (100%) + pão fatiado sem leite sem ovo com creme vegetal	Café com leite vegetal + bolo sem leite sem ovo	Arroz, Feijão carioca, Frango (sassami) grelhado, salada de acelga+ melão	FIBRas	44	9	FIBRas	30
Lanche 14:00H/14:30H	Café com leite vegetal + bolo sem leite sem ovo	Sopa de frango + mandiocas+ beterraba+ abobrinha	Leite vegetal com cacau (100%) + pão fatiado sem leite sem ovo com creme vegetal	Arroz, Feijão carioca, Frango (sassami) grelhado, salada de acelga+ melão	FERRO	19	9	FERRO	18
Jantar 16:00H/16:30H	Sopa de frango + mandiocas+ beterraba+ abobrinha	Quiomba + Creme moida ao molho + abobrinha refogada + banana	Quiomba + Creme moida ao molho + abobrinha refogada + banana	Arroz, Feijão carioca, Frango (sassami) grelhado, salada de acelga+ melão	VITAMiNAs	50	99	VITAMiNAs	48
CMBI						REFeiTURAS ALIMENTAriAS MAnHã		REFeiTURAS ALIMENTAriAS NOITE	
Observação: somente adicionar leite vegetal quando descrito no catálogo. Preefisiólogos, bolos/cereais, amêijoas e frutas sem trocas de leite e ovos.						ALUNO			
<i>PM</i>									
<i>CC</i>									
<i>RC</i>									
<i>CR</i>									
<i>CR</i>									
<i>CR</i>									
<i>CR</i>									
<i>CR</i>									
<i>CR</i>									
<i>CR</i>									
<i>CR</i>									
<i>CR</i>									
<i>CR</i>									
<i>CR</i>									
<i>CR</i>									
<i>CR</i>									
<i>CR</i>									
<i>CR</i>									
<i>CR</i>									
<i>CR</i>									
<i>CR</i>									
<i>CR</i>									
<i>CR</i>									
<i>CR</i>									
<i>CR</i>									
<i>CR</i>									
<i>CR</i>									
<i>CR</i>									
<i>CR</i>									
<i>CR</i>									
<i>CR</i>									
<i>CR</i>									
<i>CR</i>									
<i>CR</i>									
<i>CR</i>									
<i>CR</i>									
<i>CR</i>									
<i>CR</i>									
<i>CR</i>									
<i>CR</i>									
<i>CR</i>									
<i>CR</i>									
<i>CR</i>									
<i>CR</i>									
<i>CR</i>									
<i>CR</i>									
<i>CR</i>									
<i>CR</i>									
<i>CR</i>									
<i>CR</i>									
<i>CR</i>									
<i>CR</i>									
<i>CR</i>									
<i>CR</i>									
<i>CR</i>									
<i>CR</i>									
<i>CR</i>									
<i>CR</i>									
<i>CR</i>									
<i>CR</i>									
<i>CR</i>									
<i>CR</i>									
<i>CR</i>									
<i>CR</i>									
<i>CR</i>									
<i>CR</i>									
<i>CR</i>									
<i>CR</i>									
<i>CR</i>									
<i>CR</i>									
<i>CR</i>									
<i>CR</i>									
<i>CR</i>									
<i>CR</i>									
<i>CR</i>									
<i>CR</i>									
<i>CR</i>									
<i>CR&lt;/i</i>									



APLV

	SEGUNDA 22/7/2024	TERÇA 23/7/2024	QUARTA 24/7/2024	QUINTA 25/7/2024	SEXTA 26/7/2024	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MÍNIMO MÉDIA DIARIAL VALOR NUTRICIONAL MÍNIMO
	SEGUNDA 22/7/2024	TERÇA 23/7/2024	QUARTA 24/7/2024	QUINTA 25/7/2024	SEXTA 26/7/2024	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MÍNIMO MÉDIA DIARIAL VALOR NUTRICIONAL MÍNIMO
Desjejum 7:30H/8:00H	Chá com leite vegetal + biscoito salgado/ integral sem leite + laranja	Café com leite vegetal + pão sem leite + queijo vegetal e creme vegetal	Suco integral de maçã+ bolo sem leite + maçã	Iogurte vegano de morango + Salada de frutas (mamão, melão e uva) com aveia sem leite	Suco de maracujá + Pão sem leite com carne molda a molho, alface, cenoura ralada + bolo sem leite	KCAL 765 kcal 619 kcal
Almoço 10:30H/11:00H	Arroz, Feijão preto, Ovos mexidos + Abóbora refogada + laranja	Arroz colorido, Feijão carioca, quibe assado + salada repolho + ponkan	Arroz, Feijão preto, Frango ao molho com legumes (brocolis+cenoura), salada de pepino com tomate + melancia	Arroz, Feijão carioca + Carne cubos/filéas ao molho com mandioquita+ salada de alface+ maçã	Macarrão parafuso, Frango ao molho desfiado, molho com mandioquita+ salada de beterraba + banana	PRN 19 g 10 g PRN 10 g
Lanche 14:00H/14:30H	Suco integral de macã + bolo sem leite + macã	Iogurte vegano de morango + Salada de frutas (mamão, melão e uva) com aveia sem leite	Purê de batatas sem leite + frango ao molho + salada de cenoura	Café com leite vegetal + pão sem leite + queijo vegetal e creme vegetal	Suco de maracujá + Pão sem leite com carne molda a molho, alface, cenoura ralada + bolo sem leite	CALCO 252 mg 211 mg
Jantar 16:00H/16:30H	Poleta com almondegas ao molho + salada de beterraba + ponkan	Risoto de carne (batata, cenoura, carne molda, ervilha) + salada de alface + banana	Querida + Frango ao molho + abóbora refogada + melão	Vitamina de banana + morango com leite vegetal + biscoito doce integral sem leite	Suco de maracujá + Pão sem leite com carne molda a molho, alface, cenoura ralada + bolo sem leite	FENO 5 mg 3 mg
<b>SEGUNDA 29/7/2024</b>		<b>TERÇA 31/7/2024</b>	<b>QUARTA 31/7/2024</b>	<b>QUINTA 31/7/2024</b>	<b>SEXTA 31/7/2024</b>	
Desjejum 7:30H/8:00H	Suco de maracujá + pão fatiado integral sem leite com requeijão vegano	Vitamina de banana+ morango com leite vegetal + biscoito doce integral sem leite				
Almoço 10:30H/11:00H	Arroz, Feijão preto, Barrado, farofa de banana da terra + salada tomate e cebola + laranja	Arroz, Feijão carioca, Frango (sassami) grelhado, salada de acelga+ melão				
Lanche 14:00H/14:30H	Café com leite vegetal + bolo sem leite	Leite vegetal com cacau (100%) + pão fatiado sem leite com creme vegetal				
Jantar 16:00H/16:30H	Sopa de frango + mandioquita+ beterraba+ abobrinha	Querida + Carne molda ao molho + abobrinha refogada + banana				
Observação: somente adicionar leite vegetal quando descrito no cardápio. Pães, biscoitos, bolos, cereais( aveia) e frutas sem trazos de leite.						
CMEI						
ALUNO						
<i>DY</i>						
<i>CCS</i>						
<i>CC</i>						
Patrícia dos Santos Alves Garcia	Lígia Márcia Toledo Faria Vicente	Camile C. Correntino de Carvalho	Lidiane Góesia Costa Siqueira CRN 6303 Conselheira Operacional	Amanda Calvão CRN 311301 Conselheira Operacional	Nutricionista Cláudia Marques Operacional Nº2321	
Mat Funcional nº 789/3 CRN 8ª REGIÃO	Mat Funcional nº 789/4 CRN 8ª REGIÃO	Mat Funcional nº 114/0 CRN 8ª REGIÃO				
Mat Funcional nº 789/3 CRN 8ª REGIÃO Nº1781						

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

# CMEI / CEI DE 3 A 5 ANOS – CARDÁPIO JULHO/2024

SEGUNDA		TERÇA		QUARTA		QUINTA		SEXTA			
	17/7/2024		27/7/2024		31/7/2024		4/7/2024		5/7/2024		
Desjejum 7:30H/8:00H	L Leite com cacau (70%) + pão fatiado com manteiga	Suco de morango + torta frango com legumes + maçã	Café com leite + pão de queijo	Leite com morango + Bolo cenoura sem cobertura + ponkan	Suco integral uva, sanduíche de pão fatiado + queijo + tomate+ alface	KCAL	747	Kcal	504	Kcal	
Almoço 10:30H/11:00H	Arroz integral, Feijão preto, Carne ao molho, quiabá, salada bieterraba +ponkan	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho, jardineira de legumes (batata salsa, couve-flor e brócolis) + laranja	Arroz, Feijão preto, Carne moída ao molho, polenta, salada de cenoura + mamão	Arroz colorido, Feijão carioca Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de alface	PTN	37	g	PTN	23	g	
Lanche 14:00H/14:30H	Suco de morango + torta de frango com legumes + laranja	Canjica+ponkan	Leite com banana+ Bolo cenoura sem cobertura + ponkan	Café com leite + pão de queijo	Suco integral uva, sanduíche de pão fatiado + queijo + tomate+ alface	PTN	20	g	PTN	11	g
Jantar 16:00H/16:30H	Risoto de frango (batata, cenoura, frango, milho) + rúcula + salada de repollo + maçã	Macarrão com carne moída + Legumes refogados (abóbora com chuchu)+ melancia	Cenoura (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata)	Poletia, Carne moída ao molho + salada de acelga + melão	Suco integral uva, sanduíche de pão fatiado + queijo + tomate+ alface	PTN	4	g	PTN	2	g
<b>SEGUNDA</b>		<b>TERÇA</b>		<b>QUARTA</b>		<b>QUINTA</b>		<b>SEXTA</b>			
Desjejum 7:30H/8:00H		8/7/2024		10/7/2024		11/7/2024		12/7/2024			
Almoço 10:30H/11:00H	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO		
Lanche 14:00H/14:30H											
Jantar 16:00H/16:30H											
<b>SEGUNDA</b>		<b>TERÇA</b>		<b>QUARTA</b>		<b>QUINTA</b>		<b>SEXTA</b>			
Desjejum 7:30H/8:00H		15/7/2024		16/7/2024		17/7/2024		18/7/2024			
Almoço 10:30H/11:00H	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO		
Lanche 14:00H/14:30H											
Jantar 16:00H/16:30H											
<b>SEGUNDA</b>		<b>TERÇA</b>		<b>QUARTA</b>		<b>QUINTA</b>		<b>SEXTA</b>			
Desjejum 7:30H/8:00H		15/7/2024		16/7/2024		17/7/2024		18/7/2024			
Almoço 10:30H/11:00H	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO		
Lanche 14:00H/14:30H											
Jantar 16:00H/16:30H											
<b>SEGUNDA</b>		<b>TERÇA</b>		<b>QUARTA</b>		<b>QUINTA</b>		<b>SEXTA</b>			
Desjejum 7:30H/8:00H		15/7/2024		16/7/2024		17/7/2024		18/7/2024			
Almoço 10:30H/11:00H	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO		
Lanche 14:00H/14:30H											
Jantar 16:00H/16:30H											
<b>SEGUNDA</b>		<b>TERÇA</b>		<b>QUARTA</b>		<b>QUINTA</b>		<b>SEXTA</b>			
Desjejum 7:30H/8:00H		15/7/2024		16/7/2024		17/7/2024		18/7/2024			
Almoço 10:30H/11:00H	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO		
Lanche 14:00H/14:30H											
Jantar 16:00H/16:30H											
<b>SEGUNDA</b>		<b>TERÇA</b>		<b>QUARTA</b>		<b>QUINTA</b>		<b>SEXTA</b>			
Desjejum 7:30H/8:00H		15/7/2024		16/7/2024		17/7/2024		18/7/2024			
Almoço 10:30H/11:00H	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO		
Lanche 14:00H/14:30H											
Jantar 16:00H/16:30H											
<b>SEGUNDA</b>		<b>TERÇA</b>		<b>QUARTA</b>		<b>QUINTA</b>		<b>SEXTA</b>			
Desjejum 7:30H/8:00H		15/7/2024		16/7/2024		17/7/2024		18/7/2024			
Almoço 10:30H/11:00H	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO		
Lanche 14:00H/14:30H											
Jantar 16:00H/16:30H											
<b>SEGUNDA</b>		<b>TERÇA</b>		<b>QUARTA</b>		<b>QUINTA</b>		<b>SEXTA</b>			
Desjejum 7:30H/8:00H		15/7/2024		16/7/2024		17/7/2024		18/7/2024			
Almoço 10:30H/11:00H	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO		
Lanche 14:00H/14:30H											
Jantar 16:00H/16:30H											
<b>SEGUNDA</b>		<b>TERÇA</b>		<b>QUARTA</b>		<b>QUINTA</b>		<b>SEXTA</b>			
Desjejum 7:30H/8:00H		15/7/2024		16/7/2024		17/7/2024		18/7/2024			
Almoço 10:30H/11:00H	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO		
Lanche 14:00H/14:30H											
Jantar 16:00H/16:30H											
<b>SEGUNDA</b>		<b>TERÇA</b>		<b>QUARTA</b>		<b>QUINTA</b>		<b>SEXTA</b>			
Desjejum 7:30H/8:00H		15/7/2024		16/7/2024		17/7/2024		18/7/2024			
Almoço 10:30H/11:00H	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO		
Lanche 14:00H/14:30H											
Jantar 16:00H/16:30H											
<b>SEGUNDA</b>		<b>TERÇA</b>		<b>QUARTA</b>		<b>QUINTA</b>		<b>SEXTA</b>			
Desjejum 7:30H/8:00H		15/7/2024		16/7/2024		17/7/2024		18/7/2024			
Almoço 10:30H/11:00H	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO		
Lanche 14:00H/14:30H											
Jantar 16:00H/16:30H											
<b>SEGUNDA</b>		<b>TERÇA</b>		<b>QUARTA</b>		<b>QUINTA</b>		<b>SEXTA</b>			
Desjejum 7:30H/8:00H		15/7/2024		16/7/2024		17/7/2024		18/7/2024			
Almoço 10:30H/11:00H	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO		
Lanche 14:00H/14:30H											
Jantar 16:00H/16:30H											
<b>SEGUNDA</b>		<b>TERÇA</b>		<b>QUARTA</b>		<b>QUINTA</b>		<b>SEXTA</b>			
Desjejum 7:30H/8:00H		15/7/2024		16/7/2024		17/7/2024		18/7/2024			
Almoço 10:30H/11:00H	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO		
Lanche 14:00H/14:30H											
Jantar 16:00H/16:30H											
<b>SEGUNDA</b>		<b>TERÇA</b>		<b>QUARTA</b>		<b>QUINTA</b>		<b>SEXTA</b>			
Desjejum 7:30H/8:00H		15/7/2024		16/7/2024		17/7/2024		18/7/2024			
Almoço 10:30H/11:00H	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO		
Lanche 14:00H/14:30H											
Jantar 16:00H/16:30H											
<b>SEGUNDA</b>		<b>TERÇA</b>		<b>QUARTA</b>		<b>QUINTA</b>		<b>SEXTA</b>			
Desjejum 7:30H/8:00H		15/7/2024		16/7/2024		17/7/2024		18/7/2024			
Almoço 10:30H/11:00H	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO		
Lanche 14:00H/14:30H											
Jantar 16:00H/16:30H											
<b>SEGUNDA</b>		<b>TERÇA</b>		<b>QUARTA</b>		<b>QUINTA</b>		<b>SEXTA</b>			
Desjejum 7:30H/8:00H		15/7/2024		16/7/2024		17/7/2024		18/7/2024			
Almoço 10:30H/11:00H	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO		
Lanche 14:00H/14:30H											
Jantar 16:00H/16:30H											
<b>SEGUNDA</b>		<b>TERÇA</b>		<b>QUARTA</b>		<b>QUINTA</b>		<b>SEXTA</b>			
Desjejum 7:30H/8:00H		15/7/2024		16/7/2024		17/7/2024		18/7/2024			
Almoço 10:30H/11:00H	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO		
Lanche 14:00H/14:30H											
Jantar 16:00H/16:30H											
<b>SEGUNDA</b>		<b>TERÇA</b>		<b>QUARTA</b>		<b>QUINTA</b>		<b>SEXTA</b>			
Desjejum 7:30H/8:00H		15/7/2024		16/7/2024		17/7/2024		18/7/2024			
Almoço 10:30H/11:00H	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO		
Lanche 14:00H/14:30H											
Jantar 16:00H/16:30H											
<b>SEGUNDA</b>		<b>TERÇA</b>		<b>QUARTA</b>		<b>QUINTA</b>		<b>SEXTA</b>			
Desjejum 7:30H/8:00H		15/7/2024		16/7/2024		17/7/2024		18/7/2024			
Almoço 10:30H/11:00H	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO		
Lanche 14:00H/14:30H											
Jantar 16:00H/16:30H											
<b>SEGUNDA</b>		<b>TERÇA</b>		<b>QUARTA</b>		<b>QUINTA</b>		<b>SEXTA</b>			
Desjejum 7:30H/8:00H		15/7/2024		16/7/2024		17/7/2024		18/7/2024			
Almoço 10:30H/11:00H	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO		
Lanche 14:00H/14:30H											
Jantar 16:00H/16:30H											
<b>SEGUNDA</b>		<b>TERÇA</b>		<b>QUARTA</b>		<b>QUINTA</b>		<b>SEXTA</b>			
Desjejum 7:30H/8:00H		15/7/2024		16/7/2024		17/7/2024		18/7/2024			
Almoço 10:30H/11:00H	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO		
Lanche 14:00H/14:30H											
Jantar 16:00H/16:30H											
<b>SEGUNDA</b>		<b>TERÇA</b>		<b>QUARTA</b>		<b>QUINTA</b>		<b>SEXTA</b>			
Desjejum 7:30H/8:00H		15/7/2024		16/7/2024		17/7/2024		18/7/2024			
Almoço 10:30H/11:00H	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO		
Lanche 14:00H/14:30H											
Jantar 16:00H/16:30H											
<b>SEGUNDA</b>		<b>TERÇA</b>		<b>QUARTA</b>		<b>QUINTA</b>		<b>SEXTA</b>			
Desjejum 7:30H/8:00H		15/7/2024		16/7/2024		17/7/2024		18/7/2024			
Almoço 10:30H/11:00H	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO		
Lanche 14:00H/14:30H											
Jantar 16:00H/16:30H											
<b>SEGUNDA</b>		<b>TERÇA</b>		<b>QUARTA</b>		<b>QUINTA</b>		<b>SEXTA</b>			
Desjejum 7:30H/8:00H		15/7/2024		16/7/2024		17/7/2024		18/7/2024			
Almoço 10:30H/11:00H	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO		
Lanche 14:00H/14:30H											
Jantar 16:00H/16:30H											
<b>SEGUNDA</b>		<b>TERÇA</b>		<b>QUARTA</b>		<b>QUINTA</b>		<b>SEXTA</b>			
Desjejum 7:30H/8:00H		15/7/2024		16/7/2024		17/7/2024		18/7/2024			
Almoço 10:30H/11:00H	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO		
Lanche 14:00H/14:30H											
Jantar 16:00H/16:30H											
<b>SEGUNDA</b>		<b>TERÇA</b>		<b>QUARTA</b>		<b>QUINTA</b>		<b>SEXTA</b>			
Desjejum 7:30H/8:00H		15/7/2024		16/7/2024		17/7/2024		18/7/2024			
Almoço 10:30H/11:00H	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO		
Lanche 14:00H/14:30H											
Jantar 16:00H/16:30H											
<b>SEGUNDA</b>		<b>TERÇA</b>		<b>QUARTA</b>		<b>QUINTA</b>		<b>SEXTA</b>			
Desjejum 7:30H/8:00H	</td										

**CMEI / CEI DE 3 A 5 ANOS – CARDÁPIO JULHO/2024**

Giro  
Risotolandia

		<b>SEGUNDA</b> 22/7/2024	<b>TERÇA</b> 23/7/2024	<b>QUARTA</b> 24/7/2024	<b>QUINTA</b> 25/7/2024	<b>SEXTA</b> 26/7/2024	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MÁXIMA		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MÍNIMA	
<b>Desjejum 7:30H/8:00H</b>	Chá com leite + biscoito salgado/ integral + laranja	Café com leite + pão de cenoura + queijo/margarina	Suco integral de macaça + bolo de fubá + maçã	Suco integral de macaça + bolo de fubá + maçã	Suco de maracujá + Pão de leite com carne moída a molho, alface, cenoura ralada + bolo de chocolate	KCAL 705	Kcal	KCAL 619	Kcal	
<b>Almoço 10:30H/11:00H</b>	Arroz, Feijão preto, Ovos mexidos + Abóbora refogada + laranja	Arroz colorido, Feijão carioca, quibe assado + salada repolho + ponkan	Arroz/ Feijão preto, Frango ao molho com legumes (brócolis+cenoura), salada de pepino com tomate + melancia	Arroz, Feijão carioca +Carne cubos/filés ao molho com mandioca+ salada de alface+ maçã	Macarrão parafuso, Frango ao molho desfiado, salada de beterraba + banana	PTN 39	g	PTN 30	g	
<b>Lanche 14:00H/14:30H</b>	Suco integral de macaça+ bolo de fubá + maçã	logurte de morango + Salada de frutas (mamão, melão e uva) com aveia	Café com leite + pão de cenoura + queijo/margarina	Vitamina de banana+ morango + biscoito doce integral	Suco de maracujá + Pão de leite com carne moída ao molho, alface,cenoura ralada + bolo de chocolate	LIP 19	g	LIP 14	g	
<b>Jantar 16:00H/16:30H</b>	Poletaria com almidonetegars ao molho + salada de beterraba + ponkan	Purê de batatas + frango ao molho + salada de cenoura	Risoto de carne (batata, cenoura, carne moída, ervilha) + salada de alface + banana	Quirera + Frango ao molho + abóbora refogada + melão	Sopa de feijão (batata, mandioquinha, carne, cenoura) + couve + maçã	CALCIO 252	Mg	CALCIO 211	Mg	
<b>SEGUNDA</b> 29/7/2024	<b>TERÇA</b> 30/7/2024	<b>QUARTA</b> 31/7/2024	<b>QUINTA</b> 31/7/2024	<b>SEXTA</b> NUTRICIONAL MÁXIMA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MÍNIMA	VITAMINA A 265	Meg	VITAMINA A 303	Meg	
<b>Desjejum 7:30H/8:00H</b>	Suco de maracujá + pão fatiado integral com queijoijão	Vitamina de banana+ morango + biscoito doce integral	VITAMINA C 50	Mg	VITAMINA C 48	Mg				
<b>Almoço 10:30H/11:00H</b>	Arroz, Feijão preto, Barreado, farofa de banana da terra + salada tomate e cebola + laranja	Arroz, Feijão carioca, Frango (sassami) grelhado, salada de acelga+ melão	PTN 44	g	PTN 30	g				
<b>FERIADO</b>	Café com leite + bolo de laranja	Leite com cacau (70%) + pão fatiado com manteiga	LIP 19	g	LIP 18	g				
<b>Lanche 14:00H/14:30H</b>	Sopa de frango + mandioca+ beterraba+ abobrinha	Quirera + Carne moída ao molho + abobrinha refogada + banana	CALCIO 191	Mg	CALCIO 220	Mg				
<b>Jantar 16:00H/16:30H</b>	Observações:	ALLINO	FERRO 6	Mg	FERRO 3	Mg				
	CMEI		VITAMINA A 202	Meg	VITAMINA A 121	Meg				
			VITAMINA C 59	Mg	VITAMINA C 12	Mg				
<i>DMA</i>	<i>DC</i>	<i>CC</i>	<i>AM</i>	<i>PTN</i>	<i>LIP</i>	<i>CALCIO</i>	<i>Mg</i>	<i>VITAMINA A</i>	<i>Meg</i>	
Patrícia dos Santos Alves Garcia	Lígia Márcia Toledo Faria Vicente	Camile Consentino de Carvalho	Liliane Corrêa Cunha Ribeiro	Ana Paula Góes	LIP	CALCIO	Mg	VITAMINA A	Meg	
Mat Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO	Mat Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO	Mat Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO	Coordenação Operacional	CN 31391	Participantes Consultados Operacionais	C	VITAMINA C	12	Mg	
Nº1781	Nº2321	Nº102								