

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

THE JOURNAL OF CLIMATE

**Observação:** Pães, biscoitos, bolos, cereais ( aveia) e farinhas sem ligações de ovos

11

Nutricionista Controller Operacional  
CNPQ 20.050  
Conselho Federal de Odontologia

Patricia dos Santos A  
Mat Funcional nº 7893 C  
Nº 178]

Ligia Marcia Soeto Ranta Vicente  
Mat Funcional nº 11464 CRN 8º REGIÃO  
Mat Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO  
Nº2321 Nº1102

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



SEM OVOS									
	SEGUNDA 18/11/2024	TERÇA 19/11/2024	QUARTA 20/11/2024	QUINTA 21/11/2024	SEXTA 22/11/2024	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MAMÃE	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL FADDE		
Desjejum 7:30H/8:00H	Suco integral uva, sanduíche de pão fritado sem ovos + queijo + tomate + alface	Leite com mamão + Bolo sem ovos	Suco maracujá + pão fritado integral sem ovos com requeijão	Café com leite + pão de milho sem ovos + queijo/margarina	KCAL 659 KCAL 517	KCAL 659 KCAL 517	KCAL		
Almoço 10:30H/11:00H	Arroz integral, Feijão carioca, Frango assado (sobrecoxa) + creme de milho + maçã	Arroz, Feijão preto, Carne moída ao molho, quireta, salada de beterraba	Arroz, Feijão carioca, Frango grelhado, legumes refogados (abobrinha e cenoura)	Arroz, Feijão carioca, Frango grelhado, legumes refogados (abobrinha e cenoura)	PTN 33 PTN 26	PTN 33 PTN 26	PTN		
Lanche 14:00H/14:30H	Vitamina de frutas (banana e morango) + biscoito doce integral sem ovos	Café com leite + pão de milho sem ovos + queijo/margarina	Purê de batatas + frango ao molho + salada de cenoura + laranja	Purê de batatas + frango ao molho + salada de cenoura + laranja	CALCIÓ 317 MG 100	CALCIÓ 317 MG 100	MG		
Jantar 16:00H/16:30H	Arroz carreteiro (cenoura, batata, carne íscias, envoltoria) + salada de pepino c/ tomate	Café com leite + pão de milho sem ovos + queijo/margarina	Carne (arroz, frango, abobrinha, batata e cenoura) + mamão	Polenta com carne moída ao molho + salada de beterraba + melancia	FERRO 4 MG 3	FERRO 4 MG 3	MG		
SEGUNDA 25/11/2024									
	TERÇA 26/11/2024	QUARTA 27/11/2024	QUINTA 28/11/2024	SEXTA 29/11/2024	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MAMÃE	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL FADDE			
Desjejum 7:30H/8:00H	Vitamina de frutas (banana e abacate) + biscoito doce integral sem ovos	Suco integral de maçã + bolo sem ovos + mamão	Chá com leite + pão de cenoura sem ovos + manteiga	Café com leite + pão de queijo vegano	Suco natural de abacaxi + Pão de leite sem ovos com frango desfiado ao molho, alface, cenoura fritada + bolo sem ovos	KCAL 613 KCAL 579	KCAL 613 KCAL 579	KCAL	
Almoço 10:30H/11:00H	Arroz, Feijão preto, Carne bovina ao molho com mandioca + salada de alface + melancia	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho com legumes (abóbora e chuchu), salada com cenoura + manga	Arroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de alface	Arroz, Feijão carioca, Frango (sassami) grelhado, salada de acelga + laranja	PTN 32 PTN 29	PTN 32 PTN 29	PTN		
Lanche 14:00H/14:30H	Chá com leite + pão de cenoura sem ovos + manteiga	Canjica + maçã	Suco integral de maçã + bolo sem ovos + mamão	Vitamina de frutas (banana e abacate) + biscoito doce integral sem ovos	Macarrão sem ovos com molho de carne moída, salada de brócolis + banana	LIP 14 LIP 12	LIP 14 LIP 12	G	
Jantar 16:00H/16:30H	Risoto de frango (cenoura, batata, milho, frango) + salada de azeitona com tomate + manga	Macarrão sem ovos com carne moída + legumes refogados (brócolis e couve flor) + melancia	Sopa de frango + mandioca + beterraba + abobrinha + banana	Arroz carreteiro (cenoura, batata, carne íscias, envoltoria) + salada de vacém c/ tomate	Suco natural de abacaxi + Pão de leite sem ovos com frango desfiado ao molho, alface, cenoura fritada + bolo sem ovos	GÁLICO 224 MG 126	GÁLICO 224 MG 126	MG	
Observação: Pães, biscoitos, bolos, cereais (aveia) e grãos sem trazos de ovos.									
OMES									
ALUNO									
 Arminita Augustinho CRN 15459									
 Ligia Márcia Toledo Faria Vicente Mat Funcional nº 7894 CRN 8º REGIAO Nº1781									
 Camille Consentino de Carvalho Mat Funcional nº 11146 CRN 8º REGIAO Nº2321									

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

Ligia Márcia Toledo Faria Vicente  
Mat Funcional nº 11146 CRN 8º  
REGIAO Nº2321









A7M

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	CINQUA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MAMMA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
	18/11/2024	19/11/2024	20/11/2024	21/11/2024	22/11/2024		
Desjum 7:30H/8:00H	Suco integral na saninha de pão fritado sem leite + queijo vegano + tomate + alface	Lata vegetal com mamão + Bolô sem leite	Suco maracujá - Pão fritado integral sem leite com requeijão vegano	Café com leite vegetal + pão de milho sem leite + queijo vegano/creme vegetal	KCAL CHO PTN LIP CALCIO FERRO VITAMINA A VITAMINA C	559 0 33 17 317 4 220 25	Kcal CHO PTN LIP CALCIO FERRO VITAMINA A VITAMINA C
Almoço 10:30H/11:00H	Arroz integral Feijão carioca Frango assado (sobrecova) + cenoura e milho refogados + maçã	Arroz, Feijão preto, Batatinha de beterraba + salada	Arroz, Feijão carioca, Omelete assado, Legumes refogados (abóbora e cenoura) + mamão	Café com leite vegetal - pão de milho sem leite + queijo vegano/creme vegetal	KCAL CHO PTN LIP CALCIO FERRO VITAMINA A VITAMINA C	517 83 28 14 160 3 187 32	Kcal CHO PTN LIP CALCIO FERRO VITAMINA A VITAMINA C
Lanche 14:30H/14:30H	Vitamina de frutas com leite vegetal (banana e morango) + biscoito doce integral sem leite	Café com leite vegetal + pão de milho sem leite + queijo vegano/creme vegetal	Suco de morango + torrada frango com legumes sem leite + manga	Chá com leite vegetal + pão de milho + salada de cenoura + banana	KCAL CHO PTN LIP CALCIO FERRO VITAMINA A VITAMINA C	517 83 28 14 160 3 187 32	Kcal CHO PTN LIP CALCIO FERRO VITAMINA A VITAMINA C
Jantar 16:00H/16:30H	Arroz carreteiro (cenoura, batata, carne iscas, ovinhos) + salada de repolho e tomate	Purê de batatas sem leite + frango ao molho + salada de cenoura + banana	Pão de batatas com abóbora, batata e cenoura + mamão	Pão de batatas com abóbora e melancia + salada de cenoura + melancia	KCAL CHO PTN LIP CALCIO FERRO VITAMINA A VITAMINA C	559 0 33 17 317 4 220 25	Kcal CHO PTN LIP CALCIO FERRO VITAMINA A VITAMINA C
SEGUNDA	25/11/2024	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MAMMA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
Desjum 7:30H/8:00H	Vitamina de frutas com leite vegetal (banana e abacate) + biscoito doce integral sem leite	Suco integral de maçã + bolô sem leite + mamão	Chá com leite vegetal + pão de cenoura sem leite + creme vegetal	Café com leite vegetal + pão de queijo vegano	KCAL CHO PTN LIP CALCIO FERRO VITAMINA A VITAMINA C	517 9 28 9 519 9 29 9	Kcal CHO PTN LIP CALCIO FERRO VITAMINA A VITAMINA C
Almoço 10:30H/11:00H	Arroz, Feijão preto, Cenoura boinca ao molho com mandioca + salada de alface + melancia	Arroz, Feijão carioca, Frango ao miúdo com legumes (abóbora e chuchu), salada de cenoura + manga	Arroz, Feijão preto, Pão de milho, Pão doce de milho de pão, salada de alface	Café com leite vegetal + pão de queijo vegano	KCAL CHO PTN LIP CALCIO FERRO VITAMINA A VITAMINA C	559 9 28 9 519 9 29 9	Kcal CHO PTN LIP CALCIO FERRO VITAMINA A VITAMINA C
Lanche 14:30H/14:30H	Chá com leite vegetal + pão de cenoura sem leite + creme vegetal	Canjica com leite vegetal + maçã	Suco integral de maçã + bolô sem leite + mamão	Macarrão com molho de carne moída, salada de brocolis + cenoura	KCAL CHO PTN LIP CALCIO FERRO VITAMINA A VITAMINA C	517 9 28 9 519 9 29 9	Kcal CHO PTN LIP CALCIO FERRO VITAMINA A VITAMINA C
Jantar 16:00H/16:30H	Risoto de frango (cenoura, batata, milho, frango) + salada de acelga com tomate + manga	Macarrão com carne moída + legumes refogados (brocolis e couve flor) + melancia	Sopa de frango + mandioca + beterraba + abóbora	Vitamina de frutas com leite vegetal (banana e morango) + biscoito doce integral sem leite	KCAL CHO PTN LIP CALCIO FERRO VITAMINA A VITAMINA C	517 9 28 9 519 9 29 9	Kcal CHO PTN LIP CALCIO FERRO VITAMINA A VITAMINA C
<b>Observação: somente adicionar leite vegetal quando descrito no cardápio. Pães, biscoito sem leites, bolos, cereais (aveia) e farinhas sem traços de leite</b>							
<b>CHCI</b>							
<b>ALUNO</b>							
Assinatura do Aluno:							
Assinatura da Entidade:							
Assinatura do Responsável:							
Assinatura do Coordenador Operacional:							
Assinatura do Coordenador Administrativo:							
Assinatura do Coordenador Financeiro:							
Assinatura do Coordenador Pedagógico:							
Assinatura do Coordenador de Infraestrutura:							
Assinatura do Coordenador de Recursos Humanos:							
Assinatura do Coordenador de Desenvolvimento Institucional:							
Assinatura do Coordenador de Gestão de Projetos:							
Assinatura do Coordenador de Pesquisa e Extensão:							
Assinatura do Coordenador de Inovação e Desenvolvimento:							
Assinatura do Coordenador de Desenvolvimento Institucional:							
Assinatura do Coordenador de Gestão de Projetos:							
Assinatura do Coordenador de Pesquisa e Extensão:							
Assinatura do Coordenador de Inovação e Desenvolvimento:							
Assinatura do Coordenador de Desenvolvimento Institucional:							
Assinatura do Coordenador de Gestão de Projetos:							
Assinatura do Coordenador de Pesquisa e Extensão:							
Assinatura do Coordenador de Inovação e Desenvolvimento:							
Assinatura do Coordenador de Desenvolvimento Institucional:							
Assinatura do Coordenador de Gestão de Projetos:							
Assinatura do Coordenador de Pesquisa e Extensão:							
Assinatura do Coordenador de Inovação e Desenvolvimento:							
Assinatura do Coordenador de Desenvolvimento Institucional:							
Assinatura do Coordenador de Gestão de Projetos:							
Assinatura do Coordenador de Pesquisa e Extensão:							
Assinatura do Coordenador de Inovação e Desenvolvimento:							
Assinatura do Coordenador de Desenvolvimento Institucional:							
Assinatura do Coordenador de Gestão de Projetos:							
Assinatura do Coordenador de Pesquisa e Extensão:							
Assinatura do Coordenador de Inovação e Desenvolvimento:							
Assinatura do Coordenador de Desenvolvimento Institucional:							
Assinatura do Coordenador de Gestão de Projetos:							
Assinatura do Coordenador de Pesquisa e Extensão:							
Assinatura do Coordenador de Inovação e Desenvolvimento:							
Assinatura do Coordenador de Desenvolvimento Institucional:							
Assinatura do Coordenador de Gestão de Projetos:							
Assinatura do Coordenador de Pesquisa e Extensão:							
Assinatura do Coordenador de Inovação e Desenvolvimento:							
Assinatura do Coordenador de Desenvolvimento Institucional:							
Assinatura do Coordenador de Gestão de Projetos:							
Assinatura do Coordenador de Pesquisa e Extensão:							
Assinatura do Coordenador de Inovação e Desenvolvimento:							
Assinatura do Coordenador de Desenvolvimento Institucional:							
Assinatura do Coordenador de Gestão de Projetos:							
Assinatura do Coordenador de Pesquisa e Extensão:							
Assinatura do Coordenador de Inovação e Desenvolvimento:							
Assinatura do Coordenador de Desenvolvimento Institucional:							
Assinatura do Coordenador de Gestão de Projetos:							
Assinatura do Coordenador de Pesquisa e Extensão:							
Assinatura do Coordenador de Inovação e Desenvolvimento:							
Assinatura do Coordenador de Desenvolvimento Institucional:							
Assinatura do Coordenador de Gestão de Projetos:							
Assinatura do Coordenador de Pesquisa e Extensão:							
Assinatura do Coordenador de Inovação e Desenvolvimento:							
Assinatura do Coordenador de Desenvolvimento Institucional:							
Assinatura do Coordenador de Gestão de Projetos:							
Assinatura do Coordenador de Pesquisa e Extensão:							
Assinatura do Coordenador de Inovação e Desenvolvimento:							
Assinatura do Coordenador de Desenvolvimento Institucional:							
Assinatura do Coordenador de Gestão de Projetos:							
Assinatura do Coordenador de Pesquisa e Extensão:							
Assinatura do Coordenador de Inovação e Desenvolvimento:							
Assinatura do Coordenador de Desenvolvimento Institucional:							
Assinatura do Coordenador de Gestão de Projetos:							
Assinatura do Coordenador de Pesquisa e Extensão:							
Assinatura do Coordenador de Inovação e Desenvolvimento:							
Assinatura do Coordenador de Desenvolvimento Institucional:							
Assinatura do Coordenador de Gestão de Projetos:							
Assinatura do Coordenador de Pesquisa e Extensão:							
Assinatura do Coordenador de Inovação e Desenvolvimento:							
Assinatura do Coordenador de Desenvolvimento Institucional:							
Assinatura do Coordenador de Gestão de Projetos:							
Assinatura do Coordenador de Pesquisa e Extensão:							
Assinatura do Coordenador de Inovação e Desenvolvimento:							
Assinatura do Coordenador de Desenvolvimento Institucional:							
Assinatura do Coordenador de Gestão de Projetos:							
Assinatura do Coordenador de Pesquisa e Extensão:							
Assinatura do Coordenador de Inovação e Desenvolvimento:							
Assinatura do Coordenador de Desenvolvimento Institucional:							
Assinatura do Coordenador de Gestão de Projetos:							
Assinatura do Coordenador de Pesquisa e Extensão:							
Assinatura do Coordenador de Inovação e Desenvolvimento:							



	SEGUNDA 18/11/2024	TERÇA 19/11/2024	QUARTA 20/11/2024	QUINTA 21/11/2024	SEXTA 22/11/2024	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MARNH MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
Desjejum 7:30H/8:00H	Suco integral lua, sanduíche de pão fritado + queijo + tomate + alface	Leite com mamão + Bolo de cenoura sem cobertura	Suco maracujá + pão fatiado integral com requeijão	Café com leite + pão de milho + queijo/margarina	KCAL 659 CHO 69 PRO 33 LIP 17 CALCIO 317 FERRO 4 VITAMINA A 270 VITAMINA C 25	KCAL 517 CHO 63 PRO 28 LIP 14 CALCIO 160 FERRO 3 VITAMINA A 187 VITAMINA C 32	
Almoço 10:30H/11:00H	Arroz integral, Feijão carioca, Frango assado (sobrecoxa) + creme de milho + maçã	Arroz, Feijão preto, Carne ao molho, quiabá, salada de beterraba	Arroz, Feijão carioca, Omelete assado, milho, salada acelga + manga	Arroz, Feijão carioca, Omelete assado, legumes refogados (abobrinha e cenoura) + mamão	KCAL 659 CHO 69 PRO 33 LIP 17 CALCIO 317 FERRO 4 VITAMINA A 270 VITAMINA C 25	KCAL 517 CHO 63 PRO 28 LIP 14 CALCIO 160 FERRO 3 VITAMINA A 187 VITAMINA C 32	
Lanche 14:00H/14:30H	Vitamina de frutas (banana e morango) + biscoito doce integral	Café com leite + pão de milho + queijo/margarina	Purê de batatas + frango ao molho + salada de cenoura + laranja	Suco de morango + torta frango com legumes + manga	KCAL 659 CHO 69 PRO 33 LIP 17 CALCIO 317 FERRO 4 VITAMINA A 270 VITAMINA C 25	KCAL 517 CHO 63 PRO 28 LIP 14 CALCIO 160 FERRO 3 VITAMINA A 187 VITAMINA C 32	
Jantar 16:00H/16:30H	Arroz, carneiro (cenoura, batata, carne icas, ervilha) + salada de pepino c/ tomate	Purê de batatas + frango ao molho + salada de cenoura + laranja	Canja (arroz, frango, abobrinha, batata e cenoura) + mamão	Poletia com almôndegas ao molho + salada de beterraba + melancia	KCAL 659 CHO 69 PRO 33 LIP 17 CALCIO 317 FERRO 4 VITAMINA A 270 VITAMINA C 32	KCAL 517 CHO 63 PRO 28 LIP 14 CALCIO 160 FERRO 3 VITAMINA A 187 VITAMINA C 32	
SEGUNDA 25/11/2024		TERÇA 26/11/2024		QUARTA 27/11/2024		QUINTA 28/11/2024	
Desjejum 7:30H/8:00H	Vitamina de frutas (banana e abacate) + biscoito doce integral	Suco integral de macaça + bolo de fubá + mamão	Chá com leite + pão de cenoura + manteiga	Café com leite + pão de queijo	Suco natural de abacaxi + Pão de leite com frango desfiado ao molho, alface, cenoura ralada + bolo de laranja	KCAL 659 CHO 69 PRO 33 LIP 17 CALCIO 317 FERRO 4 VITAMINA A 270 VITAMINA C 25	KCAL 517 CHO 63 PRO 28 LIP 14 CALCIO 160 FERRO 3 VITAMINA A 187 VITAMINA C 32
Almoço 10:30H/11:00H	Arroz, Feijão preto, Carne bovina ao molho com mandioca + salada de alface + melancia	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho com legumes (abóbora e chuchu), salada de cenoura + manga	Arroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de alface	Arroz, Feijão carioca, Frango (assado), grelhado, salada de acelga + laranja	Macarrão com molho de carne moída, salada de brocolis + banana	KCAL 659 CHO 69 PRO 33 LIP 17 CALCIO 317 FERRO 4 VITAMINA A 270 VITAMINA C 25	KCAL 517 CHO 63 PRO 28 LIP 14 CALCIO 160 FERRO 3 VITAMINA A 187 VITAMINA C 32
Lanche 14:00H/14:30H	Chá com leite + pão de cenoura + manteiga	Canjica + macaça	Suco integral de macaça + bolo de fubá + mamão	Vitamina de frutas (banana e abacate) + biscoito doce integral	Suco natural de abacaxi + Pão de leite com frango desfiado ao molho, alface, cenoura ralada + bolo de laranja	KCAL 659 CHO 69 PRO 33 LIP 17 CALCIO 317 FERRO 4 VITAMINA A 270 VITAMINA C 25	KCAL 517 CHO 63 PRO 28 LIP 14 CALCIO 160 FERRO 3 VITAMINA A 187 VITAMINA C 32
Jantar 16:00H/16:30H	Risoto de frango (cenoura, batata, milho, frango) + salada de acelga com tomate + manga	Macarrão com carne moída + legumes refogados (brocolis e couve flor) + melancia	Sopa de frango + mandioca + beterraba + abobrinha + banana	Arroz, carneiro (cenoura, batata, carne icas, ervilha) + salada de vagem c/ tomate	Poletia + Frango ao molho + salada de acelga + laranja	KCAL 659 CHO 69 PRO 33 LIP 17 CALCIO 317 FERRO 4 VITAMINA A 270 VITAMINA C 25	KCAL 517 CHO 63 PRO 28 LIP 14 CALCIO 160 FERRO 3 VITAMINA A 187 VITAMINA C 32
SEGUNDA 05/12/2024		TERÇA 06/12/2024		QUARTA 07/12/2024		QUINTA 08/12/2024	
CMEI		ALUNO		Observações:		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MARNH MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
<i>Patrícia dos Santos Alves Garcia</i>		<i>Lígia Marciá Toledo-Faria Vicente</i>		<i>Camile Consentino de Carvalho</i>		<i>Lúcia Alves Coimbra, Cláudia Andrade, Cintia &amp; Débora Operacional</i>	
Mat Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO		Mat Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO		Mat Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO		<i>Assinatura: Lúcia Alves Coimbra, Cláudia Andrade, Cintia &amp; Débora Operacional</i>	
Nº 1781		Nº 102		Nº 2321			