

INTOLERÂNCIA A LACTOSE

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
Desjejum 7:30H/8:00H					<p>13/3/2024</p> <p>logurite de morango sem lactose + salada de frutas (uva, laranja e mamão) com aveia</p>
					<p>KCAL 803</p> <p>Kcal 9</p> <p>KCAL 79</p> <p>Kcal 9</p> <p>CHO 142</p> <p>PRO 26</p> <p>LIP 24</p>
Almoço 10:30H/11:00H					<p>Arroz, Feijão com cubos de carne bovina + farofa de cenoura + laranja</p>
					<p>KCAL 448</p> <p>Kcal 9</p> <p>KCAL 108</p> <p>Kcal 9</p> <p>PRO 5</p> <p>PRO 3</p> <p>CHO 142</p> <p>LIP 24</p>
Lanche 14:00H/14:30H					<p>Café com leite sem lactose + Biscoito salgado Integral sem lactose + mamão</p>
					<p>KCAL 210</p> <p>Kcal 9</p> <p>KCAL 112</p> <p>Kcal 9</p> <p>PRO 5</p> <p>PRO 3</p> <p>CHO 142</p> <p>LIP 24</p>
Jantar 16:00H/16:30H					<p>Macarrão com frango + legumes refogados (brócolis e cenoura)</p>
					<p>KCAL 104</p> <p>Kcal 9</p> <p>KCAL 91</p> <p>Kcal 9</p> <p>PRO 21</p> <p>PRO 3</p> <p>CHO 75</p> <p>LIP 21</p>
Desjejum 7:30H/8:00H	<p>SEGUNDA</p> <p>4/3/2024</p> <p>Café com leite sem lactose + pão Integral sem lactose + queijo sem lactose/margarina sem lactose</p>	<p>TERÇA</p> <p>5/3/2024</p> <p>Chá com leite sem lactose + biscoito salgado Integral sem lactose + laranja</p>	<p>QUARTA</p> <p>6/3/2024</p> <p>Suco de morango + torã de frango com legumes sem lactose + banana</p>	<p>QUINTA</p> <p>7/3/2024</p> <p>Vitamina de abacate e banana com leite sem lactose + biscoito doce Integral sem lactose</p>	<p>16/3/2024</p> <p>Leite sem lactose com banana + Bolo cenoura sem cobertura sem lactose</p>
					<p>KCAL 784</p> <p>Kcal 9</p> <p>KCAL 612</p> <p>Kcal 9</p> <p>PRO 32</p> <p>PRO 27</p> <p>CHO 159</p> <p>LIP 19</p>
Almoço 10:30H/11:00H	<p>Macarrão com molho de carne moída + salada de acelga + laranja</p>	<p>Arroz, Feijão carioca, Frango assado (sobrecoxa) + cenoura e milho refogados + maçã</p>	<p>Arroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho + pitão do molho de peixe + salada de alface</p>	<p>Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho com legumes (cenoura e chuchu) + salada de beterraba + mamão</p>	<p>Arroz, Feijão carioca, Bolinho de carne ao molho + salada acegua + pera</p>
					<p>KCAL 208</p> <p>Kcal 9</p> <p>KCAL 296</p> <p>Kcal 9</p> <p>PRO 4</p> <p>PRO 5</p> <p>CHO 111</p> <p>LIP 19</p>
Lanche 14:00H/14:30H	<p>Curau de milho com leite sem lactose + maçã</p>	<p>Suco de abacaxi natural + pão sem lactose com ovo + maço</p>	<p>Vitamina de abacate e banana com leite sem lactose + biscoito doce Integral sem lactose</p>	<p>Suco Integral de maçã+ bolo de fubá sem lactose + melancia</p>	<p>Chá com limão, sanduiche de pão sem lactose + queijo sem lactose + tomate+ alface</p>
					<p>KCAL 206</p> <p>Kcal 9</p> <p>KCAL 296</p> <p>Kcal 9</p> <p>PRO 4</p> <p>PRO 5</p> <p>CHO 111</p> <p>LIP 19</p>
Jantar 16:00H/16:30H	<p>Quirera + Frango ao molho + abobrinha refogada + melão</p>	<p>Macarrão com carne moída + legumes refogados (brócolis e cenoura)</p>	<p>Sopa de frango + mandioca + beterraba + abobrinha + maçã</p>	<p>Risoto de carne (batata, cenoura, carne moída, ervilha) + salada de alface + banana</p>	<p>Polenta + Frango ao molho + salada de acelga + mamão</p>
					<p>KCAL 61</p> <p>Kcal 9</p> <p>KCAL 91</p> <p>Kcal 9</p> <p>PRO 5</p> <p>PRO 3</p> <p>CHO 142</p> <p>LIP 24</p>
Desjejum 7:30H/8:00H	<p>Leite sem lactose com leite + biscoito polvilho salgado sem lactose</p>	<p>Suco de abacaxi natural + pão de leite no dog sem lactose com ovo + maçã</p>	<p>Café com leite sem lactose + pão de queijo vegano</p>	<p>Café com leite sem lactose + salada de frutas (uva, laranja e mamão) com aveia</p>	<p>Arroz, Feijão preto, Sobrecoxa ao molho com cenoura + salada de brócolis + abacaxi</p>
					<p>KCAL 208</p> <p>Kcal 9</p> <p>KCAL 213</p> <p>Kcal 9</p> <p>PRO 5</p> <p>PRO 3</p> <p>CHO 142</p> <p>LIP 24</p>
Almoço 10:30H/11:00H	<p>Arroz, Feijão preto, Frango (sassami) ao molho + salada de alface + maçã</p>	<p>Arroz, Feijão carioca, Carne moída ao molho + polenta + salada de cenoura + laranja</p>	<p>Arroz Integral, Feijão preto, Frango (sassami) grelhado + salada de repolho + melancia</p>	<p>Suco de morango + torã de frango com legumes sem lactose + maçã</p>	<p>Chá com leite sem lactose + pão Integral sem lactose + mangaia sem lactose</p>
					<p>KCAL 208</p> <p>Kcal 9</p> <p>KCAL 213</p> <p>Kcal 9</p> <p>PRO 5</p> <p>PRO 3</p> <p>CHO 142</p> <p>LIP 24</p>
Lanche 14:00H/14:30H	<p>Suco maracujá + pão fatiado Integral sem lactose com requêijo sem lactose + laranja</p>	<p>Café com leite sem lactose + bolo de laranja</p>	<p>Polenta com almeiças ao molho + salada de beterraba</p>	<p>Purê de batatas sem leite + Frango ao molho + salada de alface + goiabá</p>	<p>Quirera + Carne moída ao molho + abobrinha refogada + maçã</p>
					<p>KCAL 208</p> <p>Kcal 9</p> <p>KCAL 213</p> <p>Kcal 9</p> <p>PRO 5</p> <p>PRO 3</p> <p>CHO 142</p> <p>LIP 24</p>
Jantar 16:00H/16:30H	<p>Sopa de feijão (batata, manduquinha, carne, cenoura) + couve + maço</p>	<p>Risoto de frango (cenoura, batata, milho, frango) + farofa + salada de pepino com tomate + abacaxi</p>			<p>Arroz, Feijão preto, Salada de carne com cenoura + salada de brócolis + abacaxi</p>
					<p>KCAL 208</p> <p>Kcal 9</p> <p>KCAL 213</p> <p>Kcal 9</p> <p>PRO 5</p> <p>PRO 3</p> <p>CHO 142</p> <p>LIP 24</p>

Observação: Leite, Pães, Biscoitos, Bolos, cereais(aveia) e farinha sem traços de lactose

ALIMHO

Patricia dos Santos Alves Garcia

Luiza Mariza Ribeiro Faria Visente

Gemile Consentinio de Carvalho

Elaine Maria Costa Brito

Assis Maria Gomes

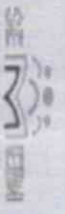
Mat. Funcional nº 7893 CRN nº REGIÃO Nº1781

Mat. Funcional nº 11146 CRN nº REGIÃO Nº2321

Mat. Funcional nº 7894 CRN nº REGIÃO Nº1102

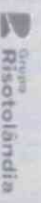
Coordenadora Operacional

Técnicas Administrativas Operacionais



CMEI / CEI DE 3 A 5 ANOS - CARDÁPIO MARÇO/2024

INTOLERÂNCIA A LACTOSE



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	Chá com leite sem lactose + pão integral sem lactose + manteiga sem lactose	Suco Integral de maçã + bolo de lula sem lactose + maçã	Suco Integral de uva, sanduíche de pão sem lactose + queijo sem lactose + tomate + alface	Suco de maracujá + Pão sem lactose com ovo mexido, alface, cenoura ralada + bolo de laranja sem lactose					
Almoço 10:30H/11:00H	Arroz, Feijão preto, Carne bovina ao molho com mandioca + salada alface + maçã	Arroz, Feijão carioca, Omelete assado + legumes refogados (abóbora e chuchu) + melão	Arroz, Feijão preto, Barrado + farofa de banana da terra + salada tomate e cebola + laranja	Arroz colorido, Feijão carioca, Peixe ao molho + pão de melão de peixe + salada de alface					
Lanche 14:00H/14:30H	Café com leite sem lactose + pão fatiado sem lactose + queijo sem lactose/margarina sem lactose	Iogurte morango sem lactose + biscoito doce integral sem lactose + banana	Café com leite sem lactose + pão de queijo vegano	Suco de morango + tora de frango com legumes sem lactose + abacaxi					
Jantar 16:00H/6:30H	Carneja (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata)	Arroz carreteiro (cenoura, batata, carne iscas, ervilha) + salada de cenoura + pera	Quirera + Frango ao molho + abobrinha refogada + mamão	Purê de batatas sem leite + Carne moída ao molho + salada de repolho + melancia					
SEGUNDA 23/3/2024									
Desjejum 7:30H/8:00H	Café com leite sem lactose + biscoito salgado integral sem lactose + maçã	Suco de morango + tora de frango com legumes sem lactose	L. leite sem lactose com cacau (70%) + pão integral sem lactose com queijo sem lactose + laranja	Suco de abacaxi natural + Pão sem lactose com carne moída, alface, cenoura ralada + bolo de chocolate sem lactose + pipoca salgada					
Almoço 10:30H/11:00H	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho + jandira de legumes (brócolis + couve-flor+cenoura) + melancia	Arroz integral, Feijão preto, Carne moída com legumes (batata e cenoura) + salada alface + maçã	Arroz, Feijão carioca, Ovos mexidos + abóbora refogada + mamão	Macarão parafuso, Frango ao molho desfiado + salada de tomate + goiaba					
Lanche 14:00H/14:30H	Leite sem lactose com cacau 70%, + pão sem lactose com manteiga sem lactose + laranja	Chá com leite sem lactose + biscoito salgado integral sem lactose + melancia	Leite sem lactose com banana + Bolo cenoura sem cobertura sem lactose + melão	Suco de abacaxi natural + Pão sem lactose com carne moída, alface, cenoura ralada + bolo de chocolate sem lactose + pipoca salgada					
Jantar 16:00H/6:30H	Arroz carreteiro (cenoura, batata, carne iscas, ervilha) + 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 + melancia					
TERÇA 26/3/2024									
QUARTA 27/3/2024									
QUINTA 28/3/2024									
SEXTA 29/3/2024									
SÁBADO 30/3/2024									
SÁBADO 31/3/2024									
SÁBADO 01/04/2024									
SÁBADO 02/04/2024									
SÁBADO 03/04/2024									
SÁBADO 04/04/2024									
SÁBADO 05/04/2024									
SÁBADO 06/04/2024									
SÁBADO 07/04/2024									
SÁBADO 08/04/2024									
SÁBADO 09/04/2024									
SÁBADO 10/04/2024									
SÁBADO 11/04/2024									
SÁBADO 12/04/2024									
SÁBADO 13/04/2024									
SÁBADO 14/04/2024									
SÁBADO 15/04/2024									
SÁBADO 16/04/2024									
SÁBADO 17/04/2024									
SÁBADO 18/04/2024									
SÁBADO 19/04/2024									
SÁBADO 20/04/2024									
SÁBADO 21/04/2024									
SÁBADO 22/04/2024									
SÁBADO 23/04/2024									
SÁBADO 24/04/2024									
SÁBADO 25/04/2024									
SÁBADO 26/04/2024									
SÁBADO 27/04/2024									
SÁBADO 28/04/2024									
SÁBADO 29/04/2024									
SÁBADO 30/04/2024									
SÁBADO 01/05/2024									
SÁBADO 02/05/2024									
SÁBADO 03/05/2024									
SÁBADO 04/05/2024									
SÁBADO 05/05/2024									
SÁBADO 06/05/2024									
SÁBADO 07/05/2024									
SÁBADO 08/05/2024									
SÁBADO 09/05/2024									
SÁBADO 10/05/2024									
SÁBADO 11/05/2024									
SÁBADO 12/05/2024									
SÁBADO 13/05/2024									
SÁBADO 14/05/2024									
SÁBADO 15/05/2024									
SÁBADO 16/05/2024									
SÁBADO 17/05/2024									
SÁBADO 18/05/2024									
SÁBADO 19/05/2024									
SÁBADO 20/05/2024									
SÁBADO 21/05/2024									
SÁBADO 22/05/2024									
SÁBADO 23/05/2024									
SÁBADO 24/05/2024									
SÁBADO 25/05/2024									
SÁBADO 26/05/2024									
SÁBADO 27/05/2024									
SÁBADO 28/05/2024									
SÁBADO 29/05/2024									
SÁBADO 30/05/2024									
SÁBADO 31/05/2024									

Observação: Leite, Pães, biscoitos, bolos, cereais/ aveia/ e farinhas sem traços de lactose

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

 Ligia Marcolino Pina Vicente
Mat Funcional nº 11746 CRN 8º REGIÃO Nº2321

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

 **Salvador** Criança Criança Criança
Qualidade Organizacional

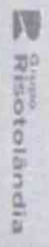
 **América Latina**
CEI 31204

 **30th National Conference**
Cristianópolis



CMEI / CEI DE 3 A 5 ANOS - CARDÁPIO MARÇO/2024

APLV + SEM OVO



	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA																
Desjejum 7:30H-8:30H																					
Almoço 12:30H-1:30H																					
Lanche 14:00H-14:30H																					
Janim 16:00H-16:30H																					
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA																
	4/3/2024	5/3/2024	6/3/2024	7/3/2024	8/3/2024																
Desjejum 7:30H-8:30H	Café com leite vegetal + pão integral sem leite sem ovos + frango desfiado	Chá com leite vegetal + biscoito salgado integral sem leite sem ovos + laranja	Suco de morango + torrada de frango com legumes sem leite sem ovos + banana	Vitamina de abacate e banana com leite vegetal + biscoito doce integral sem leite sem ovos	Vitamina de abacate e banana com leite vegetal + biscoito doce integral sem leite sem ovos	Lente vegetal com batata + Bolo cenoura sem cobertura sem leite sem ovos															
Almoço 12:30H-1:30H	Macarrão sem ovos com molho de carne moída + salada de azeitona + laranja	Arroz, Feijão carioca, Frango assado (sobrecoxa) + cenoura + milho refogado + maçã	Arroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho + pitão do molho de peixe + salada de azeitona	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho com legumes (cenoura e chuchu) + salada de beterraba + mamão	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho com legumes (cenoura e chuchu) + salada de beterraba + mamão	Arroz colorido, Feijão preto + Quibe assado sem ovos + salada repolho + melancia															
Lanche 14:00H-14:30H	Curau de milho com leite vegetal + maçã	Suco de abacaxi natural + pão sem leite sem ovos com frango desfiado + maçã	Vitamina de abacate e banana com leite vegetal + biscoito doce integral sem leite sem ovos	Suco integral de maçã+ bolo de loba sem leite sem ovos + melancia	Suco integral de maçã+ bolo de loba sem leite sem ovos + melancia	Chá com limão, sanduíche de pão sem leite sem ovos + carne desidratada + tomate+ azeitona															
Janim 16:00H-16:30H	Quireira + Frango ao molho + abobrinha refogada + maçã	Macarrão sem ovos com carne moída + legumes refogados (brócolis e cenoura)	Sopa de frango + mandioca + beterraba + abobrinha + maçã	Risoto de carne (batata, cenoura, carne moída, ervilha) + salada de azeitona + banana	Risoto de carne (batata, cenoura, carne moída, ervilha) + salada de azeitona + banana	Polenta + Frango ao molho + salada de azeitona + maçã															
Desjejum 7:30H-8:30H	Lente vegetal com mamão + biscoito polvilho salgado sem leite sem ovos	Suco de abacaxi natural + pão sem leite sem ovos com frango desfiado + maçã	Café com leite vegetal + pão de queijo vegano	Suco maracujá + pão sem leite sem ovos com creme vegetal + mamão	Suco maracujá + pão sem leite sem ovos com creme vegetal + mamão	Café com leite vegetal + bolo de laranja sem leite sem ovos															
Almoço 12:30H-1:30H	Arroz, Feijão preto, Frango (sassam) ao molho + salada de azeitona + maçã	Arroz, Feijão carioca, Carne moída ao molho + polenta + salada de cenoura + laranja	Arroz integral, Feijão preto, Frango (sassam) grelhado + salada de repolho + melancia	Arroz, Feijão carioca, Boinho de carne sem ovos ao molho + salada azeitona + pera	Arroz, Feijão carioca, Boinho de carne sem ovos ao molho + salada azeitona + pera	Arroz, Feijão preto, Sobrecoxa ao molho com cenoura + salada de brócolis + abacaxi															
Lanche 14:00H-14:30H	Suco maracujá + pão sem leite sem ovos com creme vegetal + laranja	Café com leite vegetal + bolo de laranja sem leite sem ovos	Ingurite vegano sabor morango + salada de frutas (uva, laranja e mamão) com aveia	Suco de morango + torrada de frango com legumes sem leite sem ovos + maçã	Suco de morango + torrada de frango com legumes sem leite sem ovos + maçã	Chá com leite vegetal + pão sem leite sem ovos + creme vegetal															
Janim 16:00H-16:30H	Sopa de feijão (batata, mandioquinha, carne, cenoura) + couve + milho	Risoto de frango (cenoura, batata, milho, frango) + ricota + salada de pepino com tomate + abacaxi	Polenta com almeirão sem ovos ao molho + salada de beterraba	Purê de batatas sem leite + Frango ao molho + salada de azeitona + goiaba	Purê de batatas sem leite + Frango ao molho + salada de azeitona + goiaba	Quireira + Carne moída ao molho + abobrinha refogada + maçã															

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

CHAMADO

ALMOÇO

Patricia dos Santos Alves Garcia

Lilija Menezes

Camille Constanino de Carvalho

Coordenadora Pedagógica

Assistente Educadora

Coordenadora de Ensino

Coordenadora de Saúde

Coordenadora de Comunicação

Mat. Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO Nº1781

Mat. Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO Nº2321

Mat. Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO Nº1102

Coordenadora Pedagógica

Assistente Educadora

Coordenadora de Ensino

Coordenadora de Saúde

Coordenadora de Comunicação



APLV + SEM OVO

	SEGUNDA 18/03/2024	TERÇA 19/03/2024	QUARTA 20/03/2024	QUINTA 21/03/2024	SEXTA 22/03/2024	FERIADO					
Desjejum 7:30H/8:00H	Chá com leite vegetal + pão sem leite sem ovos + creme vegetal	Suco integral de maçã + bolo de lubi sem leite sem ovos + maçã	Suco integral de uva, sanduíche de pão sem leite sem ovos + frango desfiado + tomate + alicia	Legume vegano morango+ biscoito doce integral sem leite sem ovos + banana	Suco de maracujá + Pão sem leite sem ovos com carne desfiada, alicia, cenoura ralada + bolo de laranja sem leite sem ovos	KCAL	746	KCAL	890	KCAL	890
Almoço 10:30H/1:00H	Arroz, Feijão preto, Carne bovina ao molho com mandioca + salada alicia + maçã	Arroz, Feijão carioca, Frango grelhado + legumes refogados (abobora e chuchu) + melão	Arroz, Feijão preto, Barrado + farinha de banana da terra + salada tomate e cebola + laranja	Arroz colorido, Feijão carioca, Peixe ao molho + pirão do molho de peixe + salada de alicia	Risoto de frango (batata, cenoura, frango, milho) + salada de beterraba + melancia	PROT	56	PROT	21	PROT	9
Lanche 14:00H/14:30H	Café com leite vegetal + pão sem leite sem ovos + carne desfiada	Legume vegano sabor morango+ biscoito doce integral sem leite sem ovos + banana	Café com leite vegetal + pão de queijo vegano	Suco de morango + lorta de frango com legumes sem leite sem ovos + abacaxi	Suco de maracujá + Pão sem leite sem ovos com carne desfiada, alicia, cenoura ralada + bolo de laranja sem leite sem ovos	GLUCO	296	GLUCO	296	GLUCO	44
Jantar 16:00H/16:30H	Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata)	Arroz carreteiro (cenoura, batata, carne iscas, ervilha) + salada de cenoura + pirã	Quirera + Frango ao molho + abobrinha refogada + mamão	Purê de batatas sem leite + Carne moída ao molho + salada de repolho + melancia	Polenta + Carne moída ao molho + salada de alicia + maçã	FIBRO	5	FIBRO	3	FIBRO	46
	SEGUNDA 25/03/2024	TERÇA 26/03/2024	QUARTA 27/03/2024	QUINTA 28/03/2024	SEXTA 29/03/2024	FERIADO		FERIADO		FERIADO	
Desjejum 7:30H/8:00H	Café com leite vegetal + biscoito salgado integral sem leite sem ovos + maçã	Suco de morango + lorta de frango com legumes sem leite sem ovos	Lente vegetal com carne (70%) + pão sem leite sem ovos com creme vegetal + laranja	Suco de abacaxi natural + Pão sem leite sem ovos com carne moída, alicia, cenoura ralada + bolo de chocolate sem leite sem ovos + pipoca salgada		KCAL	895	KCAL	814	KCAL	895
Almoço 10:30H/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) + salada alicia + maçã	Arroz, Feijão carioca, Carne bovina ao molho + abobora refogada + mamão	Macarão parafuso sem ovos, Frango ao molho desfiado + salada de tomate + goiabá		PROT	35	PROT	31	PROT	6
Lanche 14:00H/14:30H	Lente vegetal com cacau 70% + pão sem leite sem ovos com creme vegetal + laranja	Chá com leite vegetal + biscoito salgado integral sem leite sem ovos + melancia	Lente vegetal com banana + Bolo cenoura sem cobertura sem leite sem ovos + melão	Suco de abacaxi natural + Pão sem leite sem ovos com carne moída, alicia, cenoura ralada + bolo de chocolate sem leite sem ovos + pipoca salgada		LP	30	LP	27	LP	6
Jantar 16:00H/16:30H	Arroz carreteiro (cenoura, batata, carne iscas, ervilha) + salada de cenoura	Polenta+ Frango ao molho+ salada de alicia + melão	Risoto de frango (cenoura, batata, milho, frango) + rúcula + salada de repolho + maçã	Quirera + Carne moída ao molho + abobrinha refogada + melancia		CALCO	488	CALCO	488	CALCO	44
						FIBRO	4	FIBRO	4	FIBRO	4
						VITAMINA A	291	VITAMINA A	246	VITAMINA A	469
						VITAMINA C	61	VITAMINA C	71	VITAMINA C	46

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


 Patrícia das Santos Alves Garcia
 Mãe Funcional nº 7893 CRN nº REGIÃO Nº 1781


 Lígia Marçal Toledo Faria Vicente
 Mãe Funcional nº 11146 CRN nº REGIÃO Nº 2321

Camille Consorcio de Criança
 Mãe Funcional nº 7894 CRN nº REGIÃO Nº 1102


 Laboratório Clínica Criança Saúde
 CCRS e Análises
 Colômbia, RJ


 Análises C.A.S. S
 CCRS e HCL
 Teresopolis, RJ



MOMENTO	SEGUNDA 4/3/2024	TERÇA 5/3/2024	QUARTA 6/3/2024	QUINTA 7/3/2024	SEXTA 8/3/2024	MÉDIA DIÁRIA - VALOR NUTRICIONAL (MÉDIA)													
						CHOC	PROT	GLIC	AMID	CHOC	PROT	GLIC	AMID	CHOC	PROT	GLIC	AMID		
Desjejum 7:30H/8:00H						912	92	5	142	121	9	9	37	15	9	37	15	9	9
Almoo 10:30H/11:00H						23	9	9	448	448	448	448	448	448	448	448	448	448	448
Lanche 14:00H/14:30H						29	8	8	29	29	29	29	29	29	29	29	29	29	29
Jantar 16:00H/16:30H						163	10	10	163	163	163	163	163	163	163	163	163	163	163
Desjejum 7:30H/8:00H	Cafe com leite vegetal + pão integral sem leite + ovo mexido	Chá com leite vegetal + biscoito salgado integral sem leite + laranja	Suco de morango + torte de frango com legumes sem leite + banana	Vitamina de abacate e banana com leite vegetal + biscoito doce integral sem leite	Leite vegetal com banana + Bolo cenoura sem cobertura sem leite	912	92	5	142	121	9	9	37	15	9	37	15	9	9
Almoo 10:30H/11:00H	Macarrão com molho de carne moída + salada de azeitã + laranja	Arroz, Feijão carioca, Frango assado (sobrecoca) + cenoura e milho refogados + maçã	Arroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho + pirão do molho de peixe + salada de azeitã	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho com legumes (cenoura e chuchu) + salada de beterraba + mamão	Arroz colorido, Feijão preto + Quibe assado + salada repolho + melancia	29	8	8	29	29	29	29	29	29	29	29	29	29	29
Lanche 14:00H/14:30H	Curau de milho com leite vegetal + maçã	Suco de abacaxi natural + pão sem leite com ovo + melão	Vitamina de abacate e banana com leite vegetal + biscoito doce integral sem leite	Suco integral de maçã+ bolo de fubá sem leite + melancia	Chá com limão, sanduíche de pão sem leite + carne desfiada + lomate + azeitã	170	10	10	170	170	170	170	170	170	170	170	170	170	170
Jantar 16:00H/16:30H	Quirera + Frango ao molho + abobrinha refogada + melão	Macarrão com carne moída + legumes refogados (brocolis e cenoura)	Sopa de frango + mandioca + beterraba + abobrinha + maçã	Risoto de carne (batata, cenoura, carne moída enfiada) + salada de azeitã + banana	Polenta + Frango ao molho + salada de azeitã + mamão	56	3	3	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56	56
Desjejum 7:30H/8:00H	L Leite vegetal com mamão + biscoito polvilho salgado sem leite	Suco de abacaxi natural + pão sem leite com ovo + maçã	Cafe com leite vegetal + pão de queijo vegano	Suco miracujá + pão sem leite com creme vegetal + mamão	Cafe com leite vegetal + bolo de laranja sem leite	143	9	9	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143	143
Almoo 10:30H/11:00H	Arroz, Feijão preto, Frango (sassami) ao molho + salada de azeitã + maçã	Arroz, Feijão carioca, Carne moída ao molho + polenta + salada de cenoura + laranja	Arroz integral, Feijão preto, Frango (sassami) grelhado + salada de repolho + melancia	Arroz, Feijão carioca, Bolinho de carne ao molho + salada azeitã + pasta	Arroz, Feijão preto, Sobrecoca ao molho com cenoura + salada de brocolis + abacaxi	36	9	9	36	36	36	36	36	36	36	36	36	36	36
Lanche 14:30H/14:30H	Suco miracujá + pão sem leite com creme vegetal + laranja	Cafe com leite vegetal + bolo de laranja sem leite	Legume vegano sabor morango + salada de frutas (uva, laranja e mamão) com aveia	Suco de morango + torte de frango com legumes sem leite + maçã	Chá com leite vegetal + pão sem leite + creme vegetal	381	19	19	381	381	381	381	381	381	381	381	381	381	381
Jantar 16:00H/16:30H	Sopa de feijão (batata, mandioca, carne, cenoura) + couve + melão	Risoto de frango (cenoura, batata, milho, frango) + rúcula + salada de pepino com lomate + abacaxi	Polenta com almeirão ao molho + salada de beterraba	Purê de batatas sem leite + Frango ao molho + salada de azeitã + goiaba	Quirera + Carne moída ao molho + abobrinha refogada + maçã	381	19	19	381	381	381	381	381	381	381	381	381	381	381

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

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

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

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

Dia	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	MÉDIA DIÁRIA VALOR NUTRICIONAL (MÉDIA)											
						KCAL	CHG	PRO	LIPO	FIBRO	VITAMINA A	VITAMINA C	VITAMINA B1	VITAMINA B12			
18/3/2024	19/3/2024	20/3/2024	21/3/2024	22/3/2024	23/3/2024	740	127	25	10	5	291	81	111	30	4	231	80
24/3/2024	25/3/2024	26/3/2024	27/3/2024	28/3/2024	29/3/2024	740	127	25	10	5	291	81	111	30	4	231	80
30/3/2024	31/3/2024	1/4/2024	2/4/2024	3/4/2024	4/4/2024	740	127	25	10	5	291	81	111	30	4	231	80

Dia	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	MÉDIA DIÁRIA VALOR NUTRICIONAL (MÉDIA)											
						KCAL	CHG	PRO	LIPO	FIBRO	VITAMINA A	VITAMINA C	VITAMINA B1	VITAMINA B12			
5/4/2024	6/4/2024	7/4/2024	8/4/2024	9/4/2024	10/4/2024	740	127	25	10	5	291	81	111	30	4	231	80
11/4/2024	12/4/2024	13/4/2024	14/4/2024	15/4/2024	16/4/2024	740	127	25	10	5	291	81	111	30	4	231	80
17/4/2024	18/4/2024	19/4/2024	20/4/2024	21/4/2024	22/4/2024	740	127	25	10	5	291	81	111	30	4	231	80

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

ALUNO


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


 Ligia Marcela Toledo Faria Vreente
 Mat. Funcional nº 1146 CRN 8º REGIÃO Nº 2321


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


 Lidiane Cristina Costa Balthazar
 CREF 8.6431
 Conselho Regional de Nutrição


 Amanda Garcia
 CREF 8.1818
 Conselho Regional de Nutrição

		SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	VALOR NUTRICIONAL (MILIGRAMAS)		VALOR NUTRICIONAL (GRAMAS)		VALOR NUTRICIONAL (MILIGRAMAS)		VALOR NUTRICIONAL (GRAMAS)					
								15/3/2024										
Desjejum 7:30H/8:00H							KCAL	84	Kcal	KCAL	296	Kcal						
							CHO	141	g	CHO	73	g						
							PRN	21	g	PRN	17	g						
							LP	24	g	LP	7	g						
							CALCO	411	Mg	CALCO	36	Mg						
							FERRIO	5	Mg	FERRIO	2	Mg						
							VITAMINA A	218	Mcg	VITAMINA A	51	Mcg						
							VITAMINA C	154	Mg	VITAMINA C	141	Mg						
							MÉDIA DIÁRIA DE VALOR NUTRICIONAL (MILIGRAMAS)						MÉDIA DIÁRIA DE VALOR NUTRICIONAL (GRAMAS)					
							KCAL	101	Kcal	KCAL	111	Kcal						
							CHO	121	g	CHO	77	g						
							PRN	31	g	PRN	28	g						
							LP	21	g	LP	21	g						
							CALCO	299	Mg	CALCO	110	Mg						
							FERRIO	5	Mg	FERRIO	5	Mg						
							VITAMINA A	151	Mcg	VITAMINA A	24	Mcg						
							VITAMINA C	14	Mg	VITAMINA C	112	Mg						
							MÉDIA DIÁRIA DE VALOR NUTRICIONAL (MILIGRAMAS)						MÉDIA DIÁRIA DE VALOR NUTRICIONAL (GRAMAS)					
							KCAL	113	Kcal	KCAL	58	Kcal						
							CHO	113	g	CHO	105	g						
							PRN	40	g	PRN	15	g						
							LP	34	g	LP	11	g						
							CALCO	291	Mg	CALCO	205	Mg						
							FERRIO	4	Mg	FERRIO	2	Mg						
							VITAMINA A	238	Mcg	VITAMINA A	108	Mcg						
							VITAMINA C	11	Mg	VITAMINA C	88	Mg						
							MÉDIA DIÁRIA DE VALOR NUTRICIONAL (MILIGRAMAS)						MÉDIA DIÁRIA DE VALOR NUTRICIONAL (GRAMAS)					
							KCAL	113	Kcal	KCAL	58	Kcal						
							CHO	113	g	CHO	105	g						
							PRN	40	g	PRN	15	g						
							LP	34	g	LP	11	g						
							CALCO	291	Mg	CALCO	205	Mg						
							FERRIO	4	Mg	FERRIO	2	Mg						
							VITAMINA A	238	Mcg	VITAMINA A	108	Mcg						
							VITAMINA C	11	Mg	VITAMINA C	88	Mg						

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

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

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

Observações:
 ALUNO

Associação Criança Cidadã
 Rua...
 Associação Criança Cidadã
 Rua...

CMEI / CEI DE 3 A 5 ANOS - CARDÁPIO MARÇO/2024

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	Chá com leite + pão integral + manteiga	Suco integral de maçã + bolo de tuba + maçã	Suco integral de uva, sanduíche de pão de leite noi dog + queijo + tomate + alicace	logurte morango+ biscoito doce integral + banana	Suco de maracujá + Pão de leite com ovo mexido, alicace, cenoura ralada + bolo de laranja				
Almoço 11:30H-1:30H	Arroz, Feijão preto, Carne bovina ao molho com mandioca + salada alicace + maçã	Arroz, Feijão carioca, Omelete assado + legumes refogados (abóbora e chuchu) + melão	Arroz, Feijão preto, Barrado + farofa de banana da terra + salada tomate e cebola + laranja	Arroz colorido, Feijão carioca, Peixe ao molho + pirão do molho de peixe + salada de alicace	Risoto de frango (batata, cenoura, frango, milho) + salada de beterraba + melancia				
Lanche 14:00H-14:30H	Café com leite + pão fatiado + queijo/margarina	logurte morango+ biscoito doce integral + banana	Café com leite + pão de queijo	Suco de morango + laranja de frango com legumes + abacaxi	Suco de maracujá + Pão de leite com ovo mexido, alicace, cenoura ralada+ bolo de laranja				
Jantar 16:30H-16:30H	Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata)	Arroz careteiro (cenoura, batata, carne iscas, ervilha) + salada de cenoura + pera	Quirera + Frango ao molho + abobrinha refogada + mamão	Purê de batatas + Carne moída ao molho + salada de repolho + melancia	Polenta + Carne moída ao molho + salada de acelga + maçã				
SEGUNDA		TERÇA		QUARTA		QUINTA		SEXTA	
25/3/2024		26/3/2024		27/3/2024		28/3/2024		29/3/2024	
Desjejum 7:30H-8:00H	Café com leite + biscoito salgado integral + maçã	Suco de morango + torta de frango com legumes	Leite com cacau (70%) + pão integral com requeijão + laranja	Suco de abacaxi natural + Pão de leite com carne moída, alicace, cenoura ralada + bolo de chocolate + pipoca salgada					
Almoço 10:30H-1:00H	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho + jardineira de legumes (brócolis + couve-floret+cenoura) + melancia	Arroz integral, Feijão preto, Carne moída com legumes (batata e cenoura) + salada alicace + maçã	Arroz, Feijão carioca, Ovos mexidos + abóbora refogada + mamão	Macarrão parafuso, Frango ao molho desfiado + salada de tomate + goiaba					
Lanche 14:00H-14:30H	Leite com cacau 70% + pão com manteiga + laranja	Chá com leite + biscoito salgado integral + melancia	Leite com banana + Bolo cenoura sem cobertura + melão	Suco de abacaxi natural + Pão de leite com carne moída, alicace, cenoura ralada + bolo de chocolate + pipoca salgada					
Jantar 16:30H-16:30H	Arroz careteiro (cenoura, batata, carne iscas, ervilha) + salada de cenoura	Polenta+ Frango ao molho+ salada de acelga + melão	Risoto de frango (cenoura, batata, milho, frango) + nuda + salada de repolho + maçã	Quirera + Carne moída ao molho + abobrinha refogada + melancia					
Observações:									
ALUNO									

PM

Patricia dos Santos Alves Garcia

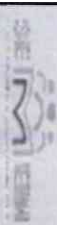
Lilija Marcar-Franco Para Vicente

Camille Conventino de Carvalho

Mat. Funcional nº 7993 CRN nº REGIÃO Nº 1781 Mat. Funcional nº 11146 CRN nº REGIÃO Nº 2321 Mat. Funcional nº 7894 CRN nº REGIÃO Nº 1102

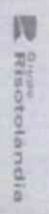
Instituto Estadual de Educação
CENTRO DE EDUCAÇÃO ESPECIAL
Coordenação de Educação Especial

Associação Escola
CEN 3 1124
Associação de Pais e Amigos dos Deficientes



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

INTOLERÂNCIA A LACTOSE



	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA													
	4/3/2024	5/3/2024	6/3/2024	7/3/2024	8/3/2024													
Desjejum 7:30H/8:00H																		
Almoço 10:30H/11:00H																		
Lanche 14:00H/14:30H																		
Jantar 16:00H/16:30H																		
Desjejum 7:30H/8:00H	CAFÉ com leite sem lactose + pão integral sem lactose + queijo sem lactose/margarina sem lactose	Chá com leite sem lactose + biscoito salgado integral sem lactose + laranja	Suco de morango + torrada de frango com legumes sem lactose + banana	Vitamina de abacate e banana com leite sem lactose + biscoito doce integral sem lactose	Leite sem lactose com banana + Bolo cenoura sem cobertura sem lactose													
Almoço 10:30H/11:00H	Macarrão com molho de carne moída + salada de acelga + laranja	Arroz, Feijão carioca, Frango assado (sobrecoxa) + cenoura e milho refogados + maçã	Arroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho + pitão do molho de peixe + salada de alface	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho com legumes (cenoura e chuchu) + salada de beterraba + mamão	Lanche sem lactose com banana + Bolo cenoura													
Lanche 14:00H/14:30H	Curau de milho com leite sem lactose + maçã	Suco de abacaxi natural + pão sem lactose com ovo + maço	Vitamina de abacate e banana com leite sem lactose + biscoito doce integral sem lactose	Suco integral de maçã+ bolo de fubá sem lactose + melancia	Chá com limão, sanduiche de pão sem lactose + queijo sem lactose + tomate+ alface													
Jantar 16:00H/16:30H	Quireira + Frango ao molho + abobrinha refogada + melão	Macarrão com carne moída + legumes refogados (brócolis e cenoura)	Sopa de frango + mandioca + beterraba + abobrinha + maçã	Risoto de carne (batata, cenoura, carne moída, ervilha) + salada de alface + banana	Polenta + Frango ao molho + salada de acelga + mamão													
Desjejum 7:30H/8:00H	LEITE sem lactose com manteiga + biscoito polvilho salgado sem lactose	Suco de abacaxi natural + pão de leite mol dog sem lactose com ovo + maçã	CAFÉ com leite sem lactose + pão de queijo vegano	Suco de maracujá + pão frito integral sem lactose com requeijão sem lactose + mamão	CAFÉ com leite sem lactose + bolo de laranja sem lactose													
Almoço 10:30H/11:00H	Arroz, Feijão preto, Frango (sossami) ao molho + salada de alface + maçã	Arroz, Feijão carioca, Carne moída ao molho + polenta + salada de cenoura + laranja	Arroz integral, Feijão preto, Frango (sossami) grelhado + salada de repolho + melancia	Arroz, Feijão carioca, Bolinho de carne ao molho + salada de alface + maçã	Arroz, Feijão preto, Sobrecoca ao molho com cenoura + salada de brócolis + abacaxi													
Lanche 14:00H/14:30H	Suco maracujá + pão frito integral sem lactose com requeijão sem lactose + laranja	CAFÉ com leite sem lactose + bolo de laranja sem lactose	logurte de morango sem lactose + salada de frutas (uva, laranja e mamão) com aveia	Suco de morango + torrada de frango com legumes sem lactose + maçã	Chá com leite sem lactose + pão integral sem lactose + manteiga sem lactose													
Jantar 16:00H/16:30H	Sopa de feijão (batata, mandiquinha, carne, cenoura) + couve + melão	Risoto de frango (cenoura, batata, milho, frango) + torrada + salada de pepino com tomate + abacaxi	Polenta com amêndoas ao molho + salada de beterraba	Purê de batatas sem leite + Frango ao molho + salada de alface + goiabada	Quireira + Carne moída ao molho + abobrinha refogada + maçã													

Observação: Leite, Pães, biscoitos, bolos, cereais(aveia) e farinhas sem traços de lactose

CMEI

ALMOÇO

Patricia dos Santos Alves Garcia

Ligja Mariana Ribeiro Faria Visente

Camille Conservino de Carvalho

Elaine Maria Costa Queiroz

Aracelis Chaves

Aracelis Chaves

Aracelis Chaves

Aracelis Chaves

Aracelis Chaves

Mat. Funcional nº 7893 CRN nº REGIÃO Nº1781

Mat. Funcional nº 11146 CRN nº REGIÃO Nº2321

Mat. Funcional nº 7894 CRN nº REGIÃO Nº1102

Mat. Funcional nº 7894 CRN nº REGIÃO Nº1102

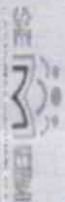
Mat. Funcional nº 7894 CRN nº REGIÃO Nº1102

Mat. Funcional nº 7894 CRN nº REGIÃO Nº1102

Mat. Funcional nº 7894 CRN nº REGIÃO Nº1102

Mat. Funcional nº 7894 CRN nº REGIÃO Nº1102

Mat. Funcional nº 7894 CRN nº REGIÃO Nº1102



INTOLERÂNCIA A LACTOSE



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	Chá com leite sem lactose + pão integral sem lactose + manteiga sem lactose	Suco integral de maçã + bolo de lula sem lactose + maçã	Suco integral de uva, sanduíche de pão sem lactose + queijo sem lactose + tomate + açaí	Suco de maracujá + Pão sem lactose com ovo mexido, açaí, cenoura ralada + bolo de laranja sem lactose	Suco de maracujá + Pão sem lactose com ovo mexido, açaí, cenoura ralada + bolo de laranja sem lactose				
Almoço 10:30H/11:00H	Arroz, Feijão preto, Carne bovina ao molho com mandioca + salada açaí + maçã	Arroz, Feijão carioca, Omelete assado + legumes refogados (abóbora e chuchu) + melão	Arroz, Feijão preto, Barrado + farofa de banana da terra + salada tomate e cebola + laranja	Arroz colorido, Feijão carioca, Peixe ao molho + pão do molho de peixe + salada de açaí	Risoto de frango (batata, cenoura, frango, milho) + salada de beterraba + melancia				
Lanche 14:00H/14:30H	Café com leite sem lactose + pão fatiado sem lactose + queijo sem lactose/margarina sem lactose	Iogurte morango sem lactose + biscoito doce integral sem lactose + banana	Café com leite sem lactose + pão de queijo vegano	Suco de morango + tora de frango com legumes sem lactose + abacaxi	Suco de maracujá + Pão sem lactose com ovo mexido, açaí, cenoura ralada + bolo de laranja sem lactose				
Jantar 16:00H/6:30H	Carneja (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata)	Arroz carreteiro (cenoura, batata, carne iscas, ervilha) + salada de cenoura + pera	Quirera + Frango ao molho + abobrinha refogada + mamão	Purê de batatas sem leite + Carne moída ao molho + salada de repolho + melancia	Polenta + Carne moída ao molho + salada de açaí + maçã				
SEGUNDA 23/3/2024									
Desjejum 7:30H/8:00H	Café com leite sem lactose + biscoito salgado integral sem lactose + maçã	Suco de morango + tora de frango com legumes sem lactose	L. leite sem lactose com cacau (70%) + pão integral sem lactose com queijo sem lactose + laranja	Suco de abacaxi natural + Pão sem lactose com carne moída, açaí, cenoura ralada + bolo de chocolate sem lactose + pipoca salgada					
Almoço 10:30H/11:00H	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho + jandieira de legumes (brócolis + couve-flor+cenoura) + melancia	Arroz integral, Feijão preto, Carne moída com legumes (batata e cenoura) + salada açaí + maçã	Arroz, Feijão carioca, Ovos mexidos + abóbora refogada + mamão	Macarão parafuso, Frango ao molho desfiado + salada de tomate + goiaba					
Lanche 14:00H/14:30H	Leite sem lactose com cacau 70%, + pão sem lactose com manteiga sem lactose + laranja	Chá com leite sem lactose + biscoito salgado integral sem lactose + melancia	Leite sem lactose com banana + Bolo cenoura sem cobertura sem lactose + melão	Suco de abacaxi natural + Pão sem lactose com carne moída, açaí, cenoura ralada + bolo de chocolate sem lactose + pipoca salgada					
Jantar 16:00H/6:30H	Arroz carreteiro (cenoura, batata, carne iscas, ervilha) + 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 + melancia					
TERÇA 26/3/2024									
QUARTA 27/3/2024									
QUINTA 28/3/2024									
SEXTA 29/3/2024									
SÁBADO 30/3/2024									
SÁBADO 31/3/2024									
SÁBADO 01/04/2024									
SÁBADO 02/04/2024									
SÁBADO 03/04/2024									
SÁBADO 04/04/2024									
SÁBADO 05/04/2024									
SÁBADO 06/04/2024									
SÁBADO 07/04/2024									
SÁBADO 08/04/2024									
SÁBADO 09/04/2024									
SÁBADO 10/04/2024									
SÁBADO 11/04/2024									
SÁBADO 12/04/2024									
SÁBADO 13/04/2024									
SÁBADO 14/04/2024									
SÁBADO 15/04/2024									
SÁBADO 16/04/2024									
SÁBADO 17/04/2024									
SÁBADO 18/04/2024									
SÁBADO 19/04/2024									
SÁBADO 20/04/2024									
SÁBADO 21/04/2024									
SÁBADO 22/04/2024									
SÁBADO 23/04/2024									
SÁBADO 24/04/2024									
SÁBADO 25/04/2024									
SÁBADO 26/04/2024									
SÁBADO 27/04/2024									
SÁBADO 28/04/2024									
SÁBADO 29/04/2024									
SÁBADO 30/04/2024									
SÁBADO 01/05/2024									
SÁBADO 02/05/2024									
SÁBADO 03/05/2024									
SÁBADO 04/05/2024									
SÁBADO 05/05/2024									
SÁBADO 06/05/2024									
SÁBADO 07/05/2024									
SÁBADO 08/05/2024									
SÁBADO 09/05/2024									
SÁBADO 10/05/2024									
SÁBADO 11/05/2024									
SÁBADO 12/05/2024									
SÁBADO 13/05/2024									
SÁBADO 14/05/2024									
SÁBADO 15/05/2024									
SÁBADO 16/05/2024									
SÁBADO 17/05/2024									
SÁBADO 18/05/2024									
SÁBADO 19/05/2024									
SÁBADO 20/05/2024									
SÁBADO 21/05/2024									
SÁBADO 22/05/2024									
SÁBADO 23/05/2024									
SÁBADO 24/05/2024									
SÁBADO 25/05/2024									
SÁBADO 26/05/2024									
SÁBADO 27/05/2024									
SÁBADO 28/05/2024									
SÁBADO 29/05/2024									
SÁBADO 30/05/2024									
SÁBADO 31/05/2024									

Observação: Leite, Pães, biscoitos, bolos, cereais/ aveia e farinhas sem traços de lactose

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

Ligia Marcolino Volck
Mat. Funcional nº 11746 CRN 8º REGIÃO
Nº2321

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

Elaborado por:

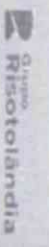
Elaborado por:

Elaborado por:



CMEI / CEI DE 3 A 5 ANOS - CARDÁPIO MARÇO/2024

APLV + SEM OVO




	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	ALMOÇO
Desjejum 7:30H-8:30H						
Almoço 12:30H-1:30H						
Lanche 14:00H-14:30H						
Jantar 16:00H-16:30H						
Desjejum 7:30H-8:30H	SEGUNDA 4/3/2024	TERÇA 5/3/2024	QUARTA 6/3/2024	QUINTA 7/3/2024	SEXTA 8/3/2024	
Almoço 12:30H-1:30H	Macarrão sem ovos com molho de carne moída + salada de azeitona + laranja	Arroz, Feijão carioca, Frango assado (sobrecoxa) + cenoura + milho refogados + maçã	Arroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho + batata-doce integral sem leite sem ovos + banana	Arroz colorido, Feijão preto, Carne moída com legumes (cenoura e chuchu) + salada de beterraba + mamão	Arroz colorido, Feijão preto + Quibe assado sem ovos + salada repolho + melancia	
Lanche 14:00H-14:30H	Curau de milho com leite vegetal + maçã	Suco de abacaxi natural + pão sem leite sem ovos com frango desfiado + melão	Vitaminas de abacate e banana com leite vegetal + biscoito doce integral sem leite sem ovos	Suco integral de maçã+ bolo de lufa sem leite sem ovos + melancia	Chá com limão, sanduíche de pão sem leite sem ovos + carne desfiada + tomate+ azeitona	
Jantar 16:00H-16:30H	Quitreia + Frango ao molho + abobrinha refogada + melão	Macarrão sem ovos com carne moída + legumes refogados (brocolis e cenoura)	Sopa de frango + mandioca + beterraba + abobrinha + maçã	Risoto de carne (batata, cenoura, carne moída, ervilha) + salada de azeitona + banana	Polenta + Frango ao molho + salada de azeitona + maçã	
Desjejum 7:30H-8:30H	LEITE VEGETAL com mamão + biscoito polvilho salgado sem leite sem ovos	Suco de abacaxi natural + pão sem leite sem ovos com frango desfiado + maçã	Café com leite vegetal + pão de queijo vegano	Suco maracujá + pão sem leite sem ovos com creme vegetal + mamão	Café com leite vegetal + bolo de laranja sem leite sem ovos	
Almoço 12:30H-1:30H	Arroz, Feijão preto, Frango (sassam) ao molho + salada de azeitona + maçã	Arroz, Feijão carioca, Carne moída ao molho + polenta + salada de cenoura + laranja	Arroz integral, Feijão preto, Frango (sassam) grelhado + salada de repolho + melancia	Arroz, Feijão carioca, Boinho de carne sem ovos ao molho + salada azeitona + pera	Arroz, Feijão preto, Sobrecoxa ao molho com cenoura + salada de brócolis + abacaxi	
Lanche 14:00H-14:30H	Suco maracujá + pão sem leite sem ovos com creme vegetal + laranja	Café com leite vegetal + bolo de laranja sem leite sem ovos	Ingurte vegano sabor morango + salada de frutas (uva, laranja e mamão) com aveia	Suco de morango + tora de frango com legumes sem leite sem ovos + maçã	Chá com leite vegetal + pão sem leite sem ovos + creme vegetal	
Jantar 16:00H-16:30H	Sopa de feijão (batata, mandioquinha, carne, cenoura) + couve + melão	Risoto de frango (cenoura, batata, milho, frango) + rúcula + salada de pepino com tomate + abacaxi	Polenta com almeirão sem ovos ao molho + salada de beterraba	Purê de batatas sem leite + Frango ao molho + salada de azeitona + goiaba	Quitreia + Carne moída ao molho + abobrinha refogada + maçã	


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


CHU


ALMOÇO


	VALOR NUTRICIONAL MENSAL				VALOR NUTRICIONAL SEMANAL			
	KCAL	PROT	GLIC	GRAS	KCAL	PROT	GLIC	GRAS
SEGUNDA	142	5	16	5	142	5	16	5
TERÇA	37	8	18	8	37	8	18	8
QUARTA	21	8	9	8	21	8	9	8
QUINTA	448	14	111	14	448	14	111	14
SEXTA	5	14	3	14	5	14	3	14
ALMOÇO	291	10	80	10	291	10	80	10
JANTAR	301	10	80	10	301	10	80	10
LANCHE	4	14	3	14	4	14	3	14
JANTAR	20	14	24	14	20	14	24	14


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


 Lígia Mamede de Faria Vicente
 Mãe Funcional nº 11146 CRN nº 8º REGIÃO Nº 2321


 Camile Constanção de Carvalho
 Mãe Funcional nº 7894 CRN nº 8º REGIÃO Nº 1102


 Associação Criança Cidadã
 Rua ... nº ...
 ...


 Associação Criança Cidadã
 Rua ... nº ...
 ...



APLV + SEM OVO

	SEGUNDA 18/03/2024	TERÇA 19/03/2024	QUARTA 20/03/2024	QUINTA 21/03/2024	SEXTA 22/03/2024
Desjejum 7:30H/8:00H	Chá com leite vegetal + pão sem leite sem ovos + creme vegetal	Suco integral de maçã + bolo de lubi sem leite sem ovos + maçã	Suco integral de uva, sanduíche de pão sem leite sem ovos + frango desfiado + tomate + alicia	Legume vegano morango+ biscoito doce integral sem leite sem ovos + banana	Suco de maracujá + Pão sem leite sem ovos com carne desfiada, alicia, cenoura ralada + bolo de laranja sem leite sem ovos
Almoço 10:30H/1:00H	Arroz, Feijão preto, Carne bovina ao molho com mandioca + salada alicia + maçã	Arroz, Feijão carioca, Frango grelhado + legumes refogados (abóbora e chuchu) + melão	Arroz, Feijão preto, Barrado + farinha de banana da terra + salada tomate e cebola + laranja	Arroz colorido, Feijão carioca, Peixe ao molho + pirão do molho de peixe + salada de alicia	Risoto de frango (batata, cenoura, frango, milho) + salada de beterraba + melancia
Lanche 14:00H/14:30H	Café com leite vegetal + pão sem leite sem ovos + carne desfiada	Legume vegano sabor morango+ biscoito doce integral sem leite sem ovos + banana	Café com leite vegetal + pão de queijo vegano	Suco de morango + lorta de frango com legumes sem leite sem ovos + abacaxi	Suco de maracujá + Pão sem leite sem ovos com carne desfiada, alicia, cenoura ralada + bolo de laranja sem leite sem ovos
Jantar 16:00H/16:30H	Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata)	Arroz carreteiro (cenoura, batata, carne iscas, ervilha) + salada de cenoura + pirã	Quirera + Frango ao molho + abobrinha refogada + mamão	Purê de batatas sem leite + Carne moída ao molho + salada de repolho + melancia	Polenta + Carne moída ao molho + salada de alicia + maçã
	SEGUNDA 23/03/2024	TERÇA 26/03/2024	QUARTA 27/03/2024	QUINTA 28/03/2024	SEXTA 29/03/2024
Desjejum 7:30H/8:00H	Café com leite vegetal + biscoito salgado integral sem leite sem ovos + maçã	Suco de morango + lorta de frango com legumes sem leite sem ovos	Lente vegetal com cacau (70%) + pão sem leite sem ovos com creme vegetal + laranja	Suco de abacaxi natural + Pão sem leite sem ovos com carne moída, alicia, cenoura ralada + bolo de chocolate sem leite sem ovos + pipoca salgada	
Almoço 10:30H/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) + salada alicia + maçã	Arroz, Feijão carioca, Carne bovina ao molho + abóbora refogada + mamão	Macarão parafuso sem ovos, Frango ao molho desfiado + salada de tomate + goiabá	FERIADO
Lanche 14:00H/14:30H	Lente vegetal com cacau 70% + pão sem leite sem ovos com creme vegetal + laranja	Chá com leite vegetal + biscoito salgado integral sem leite sem ovos + melancia	Lente vegetal com banana + Bolo cenoura sem cobertura sem leite sem ovos + melão	Suco de abacaxi natural + Pão sem leite sem ovos com carne moída, alicia, cenoura ralada + bolo de chocolate sem leite sem ovos + pipoca salgada	
Jantar 16:00H/16:30H	Arroz carreteiro (cenoura, batata, carne iscas, ervilha) + salada de cenoura	Polenta+ Frango ao molho+ salada de alicia + melão	Risoto de frango (cenoura, batata, milho, frango) + rúcula + salada de repolho + maçã	Quirera + Carne moída ao molho + abobrinha refogada + melancia	

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
 Mãe Funcional nº 7893 CRN nº REGIÃO Nº 1781


 Lígia Marçal Toledo Faria Vicente
 Mãe Funcional nº 11146 CRN nº REGIÃO Nº 2321

Camille Consorcio de Criança
 Mãe Funcional nº 7894 CRN nº REGIÃO Nº 1102


 Laboratório de Análises Clínicas
 Laboratório de Análises Clínicas
 Laboratório de Análises Clínicas

Dia	Horário	Descrição	SEXTA 15/3/2024		SÁBADO 16/3/2024		DOMINGO 17/3/2024	
			Quantidade	Porção	Quantidade	Porção	Quantidade	Porção
Segunda	7:30H/8:00H	Desjejum 7:30H/8:00H	142	g	142	g	142	g
Terça	7:30H/8:00H	Desjejum 7:30H/8:00H	121	g	121	g	121	g
Quinta	7:30H/8:00H	Desjejum 7:30H/8:00H	121	g	121	g	121	g
Sábado	7:30H/8:00H	Desjejum 7:30H/8:00H	121	g	121	g	121	g

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

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

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

Camille Consantino de Carvalho
 Mãe Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO Nº1102

Dia	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	MÉDIA DIÁRIA VALOR NUTRICIONAL (MÉDIA)												
						KCAL	CHD	PRO	LIPO	FIBRA	VITAMINA A	VITAMINA C	VITAMINA B1	VITAMINA B2				
18/3/2024	19/3/2024	20/3/2024	21/3/2024	22/3/2024	23/3/2024	740	127	25	10	5	291	81	111	30	486	4	251	80
24/3/2024	25/3/2024	26/3/2024	27/3/2024	28/3/2024	29/3/2024	740	127	25	10	5	291	81	111	30	486	4	251	80

Dia	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	MÉDIA DIÁRIA VALOR NUTRICIONAL (MÉDIA)												
						KCAL	CHD	PRO	LIPO	FIBRA	VITAMINA A	VITAMINA C	VITAMINA B1	VITAMINA B2				
30/3/2024	31/3/2024	01/4/2024	02/4/2024	03/4/2024	04/4/2024	740	127	25	10	5	291	81	111	30	486	4	251	80

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


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


 Ligia Marcela Toledo Faria Vreente
 Mat. Funcional nº 1146 CRN 8º REGIÃO Nº 2321


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


 Lidiane Cristina Costa Balthazar
 CRN 8º REGIÃO Nº 10431
 Coordenadora Operacional


 Amanda Garcia
 CRN 8º REGIÃO Nº 11111
 Jefe de Cozinha



		SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	VITAMINA B12, VALOR NUTRICIONAL, SÓDIO		VITAMINA B12, VALOR NUTRICIONAL, SÓDIO		VITAMINA B12, VALOR NUTRICIONAL, SÓDIO	
						13/3/2024	KCAL	g	KCAL	g	KCAL	g
Desjejum 7:30H/8:30H						Iogurte de morango + salada de frutas (uva, laranja e mamão) com aveia	200	5	200	5	200	5
Almoço 10:30H/11:30H						Arroz, Feijão preto com cubos de carne bovina + farofa de cenoura + laranja	31	9	17	9	31	9
Lanche 14:00H/14:30H						Arroz, Feijão preto com cubos de carne bovina + farofa de cenoura + laranja	24	9	7	9	24	9
Almoço 12:30H/1:30H						Arroz, Feijão preto, Salsinha, tomate, cenoura + abacaxi	40	9	15	9	40	9
Lanche 16:00H/16:30H						Arroz, Feijão preto, Salsinha, tomate, cenoura + abacaxi	34	9	15	9	34	9
Desjejum 7:30H/8:30H						Arroz, Feijão preto, Salsinha, tomate, cenoura + abacaxi	34	9	15	9	34	9
Almoço 10:30H/11:30H						Arroz, Feijão preto, Salsinha, tomate, cenoura + abacaxi	34	9	15	9	34	9
Lanche 14:00H/14:30H						Arroz, Feijão preto, Salsinha, tomate, cenoura + abacaxi	34	9	15	9	34	9
Almoço 12:30H/1:30H						Arroz, Feijão preto, Salsinha, tomate, cenoura + abacaxi	34	9	15	9	34	9
Lanche 16:00H/16:30H						Arroz, Feijão preto, Salsinha, tomate, cenoura + abacaxi	34	9	15	9	34	9
Desjejum 7:30H/8:30H						Arroz, Feijão preto, Salsinha, tomate, cenoura + abacaxi	34	9	15	9	34	9
Almoço 10:30H/11:30H						Arroz, Feijão preto, Salsinha, tomate, cenoura + abacaxi	34	9	15	9	34	9
Lanche 14:00H/14:30H						Arroz, Feijão preto, Salsinha, tomate, cenoura + abacaxi	34	9	15	9	34	9
Almoço 12:30H/1:30H						Arroz, Feijão preto, Salsinha, tomate, cenoura + abacaxi	34	9	15	9	34	9
Lanche 16:00H/16:30H						Arroz, Feijão preto, Salsinha, tomate, cenoura + abacaxi	34	9	15	9	34	9
Desjejum 7:30H/8:30H						Arroz, Feijão preto, Salsinha, tomate, cenoura + abacaxi	34	9	15	9	34	9
Almoço 10:30H/11:30H						Arroz, Feijão preto, Salsinha, tomate, cenoura + abacaxi	34	9	15	9	34	9
Lanche 14:00H/14:30H						Arroz, Feijão preto, Salsinha, tomate, cenoura + abacaxi	34	9	15	9	34	9
Almoço 12:30H/1:30H						Arroz, Feijão preto, Salsinha, tomate, cenoura + abacaxi	34	9	15	9	34	9
Lanche 16:00H/16:30H						Arroz, Feijão preto, Salsinha, tomate, cenoura + abacaxi	34	9	15	9	34	9

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

Lígia Maria Toledo Faria Viciane
Mat Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO Nº2321

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

Escola Estadual Valdeir Brito
CMEI 3 A 5 ANOS
Condomínio Operacional

Associação Criança Feliz
CMEI 3 A 5 ANOS
Núcleo Operacional Operacional

Associação Criança Feliz
CMEI 3 A 5 ANOS
Núcleo Operacional Operacional

Associação Criança Feliz
CMEI 3 A 5 ANOS
Núcleo Operacional Operacional

Associação Criança Feliz
CMEI 3 A 5 ANOS
Núcleo Operacional Operacional

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

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	Chá com leite + pão integral + manteiga	Suco Integral de maçã + bolo de tuba + maçã	Suco Integral de uva, sanduíche de pão de leite noi dog + queijo + tomate + alicace	Iogurte morango+ biscoito doce integral + banana	Suco de maracujá + Pão de leite com ovo mexido, alicace, cenoura ralada + bolo de laranja	Arroz, Feijão preto, Carne bovina ao molho com mandioca + salada alicace + maçã	Arroz, Feijão carioca, Omelete assado + legumes refogados (abóbora e chuchu) + melão	Arroz colorido, Feijão carioca, Peixe ao molho + pirão do molho de peixe + salada de alicace	Risoto de frango (batata, cenoura, frango, milho) + salada de beterraba + melancia
Almoço 11:30H-1:30H	Arroz, Feijão preto, Carne bovina ao molho com mandioca + salada alicace + maçã	Arroz, Feijão carioca, Omelete assado + legumes refogados (abóbora e chuchu) + melão	Arroz, Feijão preto, Barrado + farofa de banana da terra + salada tomate e cebola + laranja	Arroz colorido, Feijão carioca, Peixe ao molho + pirão do molho de peixe + salada de alicace	Suco de maracujá + Pão de leite com ovo mexido, alicace, cenoura ralada+ bolo de laranja	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho + batatinha frita + couve-flor + cenoura + melancia	Arroz integral, Feijão preto, Carne moída (patinho e cenoura) + salada alicace + maçã	Arroz, Feijão carioca, Ovos mexidos + abóbora refogada + mamão	Macarrão parafuso, Frango ao molho desfiado + salada de tomate + goiaba
Lanche 14:00H-14:30H	Café com leite + pão fatiado + queijo/margarina	Iogurte morango+ biscoito doce integral + banana	Café com leite + pão de queijo	Suco de morango + laranja de frango com legumes + abacaxi	Suco de abacaxi natural + Pão de leite com carne moída, alicace, cenoura ralada + bolo de chocolate + pipoca salgada	Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata)	Arroz integral, Feijão preto, Carne moída (patinho e cenoura) + salada alicace + maçã	Quirera + Frango ao molho + abobrinha refogada + mamão	Purê de batatas + Carne moída ao molho + salada de repolho + melancia
Jantar 16:30H-16:30H	Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata)	Arroz carreteiro (cenoura, batata, carne iscas, ervilha) + salada de cenoura + pêssego	Quirera + Frango ao molho + abobrinha refogada + mamão	Purê de batatas + Carne moída ao molho + salada de repolho + melancia	Potenta + Carne moída ao molho + salada de alicace + maçã	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho + batatinha frita + couve-flor + cenoura + melancia	Suco de morango + laranja de frango com legumes	Quirera + Frango ao molho + abobrinha refogada + mamão	Suco de abacaxi natural + Pão de leite com carne moída, alicace, cenoura ralada + bolo de chocolate + pipoca salgada
Desjejum 7:30H-8:00H	Café com leite + biscoito salgado integral + maçã	Suco de morango + laranja de frango com legumes	Leite com cacau (70%) + pão integral com requeijão + laranja	Suco de abacaxi natural + Pão de leite com carne moída, alicace, cenoura ralada + bolo de chocolate + pipoca salgada	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho + batatinha frita + couve-flor + cenoura + melancia	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho + batatinha frita + couve-flor + cenoura + melancia	Suco de morango + laranja de frango com legumes	Quirera + Frango ao molho + abobrinha refogada + mamão	Macarrão parafuso, Frango ao molho desfiado + salada de tomate + goiaba
Almoço 10:30H-1:00H	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho + batatinha frita + couve-flor + cenoura + melancia	Arroz integral, Feijão preto, Carne moída (patinho e cenoura) + salada alicace + maçã	Arroz, Feijão carioca, Ovos mexidos + abóbora refogada + mamão	Macarrão parafuso, Frango ao molho desfiado + salada de tomate + goiaba	Suco de abacaxi natural + Pão de leite com carne moída, alicace, cenoura ralada + bolo de chocolate + pipoca salgada	Suco de abacaxi natural + Pão de leite com carne moída, alicace, cenoura ralada + bolo de chocolate + pipoca salgada	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho + batatinha frita + couve-flor + cenoura + melancia	Quirera + Carne moída ao molho + abobrinha refogada + melancia	Macarrão parafuso, Frango ao molho desfiado + salada de tomate + goiaba
Lanche 14:00H-14:30H	Leite com cacau 70% + pão com manteiga + laranja	Chá com leite + biscoito salgado integral + melancia	Leite com banana + Bolo cenoura sem cobertura + melão	Suco de abacaxi natural + Pão de leite com carne moída, alicace, cenoura ralada + bolo de chocolate + pipoca salgada	Suco de abacaxi natural + Pão de leite com carne moída, alicace, cenoura ralada + bolo de chocolate + pipoca salgada	Suco de abacaxi natural + Pão de leite com carne moída, alicace, cenoura ralada + bolo de chocolate + pipoca salgada	Chá com leite + biscoito salgado integral + melancia	Quirera + Carne moída ao molho + abobrinha refogada + melancia	Macarrão parafuso, Frango ao molho desfiado + salada de tomate + goiaba
Jantar 16:30H-16:30H	Arroz carreteiro (cenoura, batata, carne iscas, ervilha) + salada de cenoura	Polenta+ Frango ao molho+ salada de alicace + melão	Risoto de frango (cenoura, batata, milho, frango) + nuda + salada de repolho + maçã	Quirera + Carne moída ao molho + abobrinha refogada + melancia	Quirera + Carne moída ao molho + abobrinha refogada + melancia	Quirera + Carne moída ao molho + abobrinha refogada + melancia	Arroz carreteiro (cenoura, batata, carne iscas, ervilha) + salada de cenoura	Quirera + Carne moída ao molho + abobrinha refogada + melancia	Macarrão parafuso, Frango ao molho desfiado + salada de tomate + goiaba
Observações:									
ALUNO									

Patricia dos Santos Alves Garcia 

Lígia Marçal Frazão Faria Vicente 

Camille Conventino de Carvalho

Mat. Funcional nº 7993 CRN nº REGIÃO Nº 1781 Mat. Funcional nº 11146 CRN nº REGIÃO Nº 2321 Mat. Funcional nº 7894 CRN nº REGIÃO Nº 1102

 Instituto Estadual de Educação do Rio de Janeiro
CENTRO DE EDUCAÇÃO INFANTIL

 Associação Educacional do Rio de Janeiro
CENTRO DE EDUCAÇÃO INFANTIL

 Associação Educacional do Rio de Janeiro
CENTRO DE EDUCAÇÃO INFANTIL

MÉDIA DIÁRIA - VALOR NUTRICIONAL DIÁRIO				MÉDIA DIÁRIA - VALOR NUTRICIONAL SEMANAL			
	KCAL	g	Mg		KCAL	g	Mg
ENERGIA	684	9	189	684	9	189	684
PROTEÍNA	118	9	19	118	9	19	118
GLICÓ	38	9	32	38	9	32	38
GRASAS	32	9	27	32	9	27	32
FRUTO	654	9	91	654	9	91	654
VITAMINA A	5	9	4	5	9	4	5
VITAMINA B	277	9	253	277	9	253	277
VITAMINA C	65	9	91	65	9	91	65