

CMEI / CEI DE 3 A 5 ANOS – CARDÁPIO OUTUBRO/2023

AUTISMO - SELETIVIDADE ALIMENTAR

	SEGUNDA 27/10/2023	TERÇA 31/10/2023	QUARTA 4/10/2023	QUINTA 6/10/2023	SEXTA 6/10/2023	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MAMÃ				MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TACOE			
						KCAL	Kcal	KCAL	Kcal	KCAL	Kcal	KCAL	Kcal
Desjejum 7:30H/8:00H						CHO	g	CHO	106,13	g			
						PTN	g	PTN	23,05	g			
						LP	g	LP	20,47	g			
Almoco 10:30H/11:00H						CALCO	Mg	CALCO	402,15	Mg			
						FERRIO	Mg	FERRIO	5,38	Mg			
Lanche 14:00H/14:30H	Suco de uva integral + biscoito doce integral + banana	Leite com banana + biscoito salgado integral + banana	Suco integral de maçã + bolo de fubá + banana	Yogurte de morango + biscoito doce integral + banana	Leite com banana + pão integral + queijo/margarina	VITAMINA A	Mg	VITAMINA A	512,47	Mg			
						VITAMINA C	Mg	VITAMINA C	55,06	Mg			
Jantar 16:00H/16:30H	Sopa de frango + mandioca+ beterraba+ abobrinha + laranja	Polenta com almondegas ao molho + salada de beterraba	Risoto de frango (cenoura, batata, milho, frango) + rúcula + salada de tomate + manga	Quirera + carne moída ao molho + abobrinha refogada + melancia	Macarrão com frango + Legumes refogados (brócolis e couve flo) + maçã	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MAMÃ				MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TACOE			
	SEGUNDA 6/10/2023	TERÇA 10/10/2023	QUARTA 11/10/2023	QUINTA 12/10/2023	SEXTA 13/10/2023	KCAL	Kcal	KCAL	715,48	Kcal			
Desjejum 7:30H/8:00H						CHO	g	CHO	103,15	g			
						PTN	g	PTN	20,45	g			
						LP	g	LP	18,00	g			
Almoco 10:30H/11:00H						CALCO	Mg	CALCO	463,02	Mg			
						FERRIO	Mg	FERRIO	4,95	Mg			
Lanche 14:00H/14:30H	Leite com maçã + pão de queijo	Suco de abacaxi natural+ pão com ovo + banana	Suco integral de uva + Sanduíche de pão fatiado c/ queijo + Pipoca + Bolo de chocolate	FERIADO				RECESSO					
						VITAMINA A	Mg	VITAMINA A	452,15	Mg			
						VITAMINA C	Mg	VITAMINA C	46,13	Mg			
Jantar 16:00H/16:30H	Arroz carreteiro (cenoura, batata, carne iscas, ervilha) + salada de chuchu c/ tomate + laranja	Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata) + melancia	Polenta+ Carne moída ao molho + salada de acelga+ mamão			MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MAMÃ				MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TACOE			
	SEGUNDA 16/10/2023	TERÇA 17/10/2023	QUARTA 18/10/2023	QUINTA 19/10/2023	SEXTA 20/10/2023	KCAL	Kcal	KCAL	702,15	Kcal			
Desjejum 7:30H/8:00H						CHO	g	CHO	102,45	g			
						PTN	g	PTN	23,05	g			
						LP	g	LP	20,15	g			
Almoco 10:30H/11:00H						CALCO	Mg	CALCO	406,15	Mg			
						FERRIO	Mg	FERRIO	5,02	Mg			
Lanche 14:00H/14:30H	Suco de uva integral + pão integral + manteiga	Leite com maçã + Bolo cenoura sem cobertura	Suco de maçã integral + sanduíche de pão fatiado + queijo	Leite com banana + biscoito doce integral	Suco de uva integral + pão de queijo	VITAMINA A	Mg	VITAMINA A	505,16	Mg			
						VITAMINA C	Mg	VITAMINA C	40,47	Mg			
Jantar 16:00H/16:30H	Quirera + frango ao molho + abóbora refogada	Sopa de feijão (batata, mandiquinha, carne, cenoura) + couve + laranja	Macarrão com carne moída + Legumes refogados (brócolis e cenoura) + banana	Risoto de frango (cenoura, batata, milho, frango) + rúcula + salada de cenoura + melancia	Purê de batatas+ carne moída ao molho + salada de beterraba + manga	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MAMÃ				MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TACOE			
						KCAL	Kcal	KCAL	702,15	Kcal			

CMEI

NAVEGANTES

ALUNO

DAVI LOURENÇO DO ROSÁRIO DE OLIVEIRA

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

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


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


Liliane Carolina Costa Siqueira
CRN 3 11301
Coordenadora Operacional


Amanda Góes
CRN 3 11301
Nutricionista Geralista Operacional


AUTISMO - SELETIVIDADE ALIMENTAR


		SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
		23/10/2023	24/10/2023	25/10/2023	26/10/2023	27/10/2023	KCAL	Kcal	KCAL	Kcal
Desjejum 7:30H/8:00H							CHO	9	CHO	98,21
							PTN	9	PTN	21,54
							LP	9	LP	19,56
Almoco 10:30H/11:00H							CALCIO	Mg	CALCIO	503,25
							FERRO	Mg	FERRO	4,95
Lanche 14:00H/14:30H	L Leite com maçã + biscoito polvilho salgado + banana	Suco de maracujá + pão integral com requeijão	L Leite com banana + pão integral com manteiga	Iogurte de coco + Biscoito doce integral + banana	Suco de Maracujá + Pão de leite c/ frango destilhado ao molho + bolo de laranja		VITAMINA A	Mg	VITAMINA A	465,25
							VITAMINA C	Mg	VITAMINA C	50,25
Jantar 16:00H/16:30H	A Arroz carreteiro (cenoura, batata, carne iscas, ervilha) + salada de acelga + melancia	Sopa de frango + mandioca+ beterraba+ abobrinha + laranja	Quireta + carne moída ao molho + abobrinha refogada + maçã	Purê de batatas + frango ao molho + salada de tomate	Polenta + frango ao molho + salada de acelga + melão		KCAL	Kcal	KCAL	Kcal
							CHO	9	CHO	100,54
							PTN	9	PTN	26,56
							LP	9	LP	19,25
Almoco 10:30H/11:00H							CALCIO	Mg	CALCIO	421,58
							FERRO	Mg	FERRO	6,25
Lanche 14:00H/14:30H	Suco de morango + pão com margarina + banana	L Leite com maçã + biscoito doce integral					VITAMINA A	Mg	VITAMINA A	394,25
							VITAMINA C	Mg	VITAMINA C	41,25
Jantar 16:00H/16:30H	C Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata) + maçã	R Rissoto de carne (batata, cenoura, carne moída, ervilha) + salada de abobrinha + melão								
Observações: Período Tarde - Vitamina de banana ou maçã pereirada + Fruta banana + Sucos + Pães + Biscoitos + Bolos							ALUNO			
CMEI							DAV LOURENÇO DO ROSÁRIO DE OLIVEIRA			
NAVEGANTES										


Patrícia dos Santos Alves Garcia
Mat Funcional nºº 7893 CRN 8º REGIÃO Nº1781


Ligeia Márcia Toledo Faria Vicente
Mat Funcional nºº 11146 CRN 8º REGIÃO Nº2321


Camille Consentino de Carvalho
Mat Funcional nºº 7894 CRN 8º REGIÃO Nº1102


Ediane Correa Costa Sistiella
CRN 8 6393
Coordenação Operacional


Amanda Grato
CRN 8 11301
Nutricionista Controlador Operacional