

CONSTIPAÇÃO INTESTINAL CRÔNICA

	SEGUNDA 21/10/2023		TERÇA 31/10/2023		QUARTA 4/10/2023		QUINTA 5/10/2023		SEXTA 6/10/2023		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
	Desjejum 7:30H/8:00H		Suco de abacaxi natural + pizza de tapioca c/ queijo vegetal + melancia		Vitamina de maçã e mamão com aveia com leite vegetal		Iogurte vegano com morango e banana batido		Arroz integral, Feijão preto, Frango ao molho com legumes (abóbora e vagem) + rúcula + salada de acelga + laranja		Arroz integral, Feijão carioca, Carne moída ao molho, purê de batatas s/ leite + salada de brócolis		Lente vegetal com mamão + panqueca de banana com aveia s/ leite	
	Almoço 10:30H/11:00H		Suco de uva integral + salada de frutas (maçã, manga e kiwi)		Suco de uva integral + panqueca colorida (couve) s/ leite		Lente vegetal com mamão + panqueca de banana com aveia s/ leite		Risoto integral de frango (cenoura, batata, milho, frango) + rúcula + salada de tomate + manga		Quinoa + carne moída ao molho + abobrinha refogada + agrião + melancia		Macarrão integral com frango + Legumes refogados (brócolis e couve flor) + maçã	
	Lanche 14:00H/14:30H		Sopa de frango + mandioca+ beterraba+ abobrinha + espinafre + laranja		Polenta com almeirão ao molho + brócolis + salada de beterraba		Lente vegetal com morango e banana		Purê de abacate com banana		Média SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		Média SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
	Jantar 16:00H/16:30H		Suco de abacaxi natural + ovos mexidos + melancia		Lente vegetal com morango + pão de queijo vegano		Chá ervas doces/cidreira + bolo de banana s/ açúcar s/ leite + maçã		Arroz integral, Feijão preto, Barreado, farofa de banana + couve + salada de pepino e cebola + laranja		Risoto integral de frango (batata, cenoura, frango) + escarola + salada de pepino + melancia		Chá ervas doces/cidreira + bolo de banana s/ açúcar s/ leite + laranja	
	Almoço 10:30H/11:00H		Arroz integral, Feijão carioca, Frango (salsami) grelhado, salada de acelga + maçã		Suco de abacaxi natural + ovos mexidos + maçã		Polenta+ Carne moída ao molho + salada de acelga + mamão		Arroz integral, Feijão preto, Ovos mexidos + couve + abóbora refogada + mamão		Arroz integral, Feijão preto, Omelete assado + espinafre + cenoura e couve flor repolho + manga		Lente vegetal com mamão + pão de queijo vegano	
	Lanche 14:00H/14:30H		Arroz carreteiro integral (cenoura, batata, carne iscas, ervilha) + espinafre + salada de chuchu c/ tomate + laranja		Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata) + couve + melancia		Suco de uva integral + salada de frutas (mamão, melão, morango)		Arroz integral, Feijão preto, Frango ao molho, purê de batatas s/ leite + salada de cenoura + melancia		Arroz integral, Feijão preto, Frango ao molho, purê de batatas s/ leite + carne moída ao molho, purê de batatas s/ leite + couve + laranja		Suco de uva integral + salada de frutas (mamão, melão, morango)	
	Jantar 16:00H/16:30H		Chá ervas doces/cidreira + biscoito polvilho s/ leite + maçã		Lente vegetal com mamão + pão de queijo vegano		Suco de abacaxi natural + pizza de tapioca c/ queijo vegetal + melancia		Macarrão integral com carne moída + Legumes refogados (brócolis e cenoura) + banana		Lente vegetal com maçã + tapioca de coco c/ leite vegetal		Vitamina de banana e abacate com aveia com leite vegetal	
	Almoço 10:30H/11:00H		Arroz integral, Feijoadá com cubos de carne bovina, farofa de cenoura + couve + laranja		Arroz integral, Feijão carioca, Frango assado (sobrecoxa) + milho e cenoura refogados + rúcula + maçã		Arroz integral, Feijão preto, Ovos mexidos + couve + abóbora refogada + mamão		Arroz integral, Feijão preto, Frango ao molho, purê de batatas s/ leite + carne moída ao molho, purê de batatas s/ leite + couve + laranja		Arroz integral, Feijão preto, Frango ao molho, purê de batatas s/ leite + carne moída ao molho, purê de batatas s/ leite + couve + laranja		Arroz integral, Feijão preto, Frango ao molho, purê de batatas s/ leite + carne moída ao molho, purê de batatas s/ leite + couve + laranja	
	Lanche 14:00H/14:30H		Suco de uva integral + panqueca de queijo vegetal s/ leite		Suco de abacaxi natural + pizza de tapioca c/ queijo vegetal + melancia		Lente vegetal com maçã + tapioca de coco c/ leite vegetal		Purê de batatas s/ leite + carne moída ao molho + salada de beterraba + manga		Vitamina de banana e abacate com aveia com leite vegetal		Lente vegetal com mamão + pão de queijo vegano	
	Jantar 16:00H/16:30H		Quinoa + frango ao molho + abóbora refogada + agrião		Sopa de feijão (batata, mandioquinha, carne, cenoura) + couve + laranja		Macarrão integral com carne moída + Legumes refogados (brócolis e cenoura) + banana		Arroz integral, Feijão preto, Frango ao molho, purê de batatas s/ leite + carne moída ao molho, purê de batatas s/ leite + couve + laranja		Arroz integral, Feijão preto, Frango ao molho, purê de batatas s/ leite + carne moída ao molho, purê de batatas s/ leite + couve + laranja		Arroz integral, Feijão preto, Frango ao molho, purê de batatas s/ leite + carne moída ao molho, purê de batatas s/ leite + couve + laranja	

Observações: Fibras e Leite Vegetal

ALUNO

DANA PIRES ARISTOTELES MEDEIROS

CMEI

ZULEIDE

Patricia dos Santos Alves Garcia

Ligia Mircia Toledo Faria Vicente

Camille Consentino de Carvalho

Lidiane Correa Costa Saldade

Assistente Social

Mat Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO Nº1781

Mat Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO Nº2321

Mat Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO Nº1102

CRN 8 6303

Núcleo de Apoio Operacional



CMEI / CEI DE 13 MESES A 2 ANOS E 11 MESES – CARDÁPIO OUTUBRO/2023



CONSTIPAÇÃO INTESTINAL CRÔNICA

	SEGUNDA 23/10/2023	TERÇA 24/10/2023	QUARTA 25/10/2023	QUINTA 26/10/2023	SEXTA 27/10/2023	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MÊS	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MÊS
Desjejum 7:30H/8:00H	Suco de uva integral + panqueca colorida (cenoura) s/ leite	Leite vegetal com mamão + tapioca de coco com leite vegetal	Suco de uva integral + salada de frutas (maçã, manga, kiwi)	Vitamina de banana e abacate com leite vegetal	Suco de maracujá + torta de legumes com aveia s/ leite	KCAL 738,25 Kcal	KCAL 655,22 Kcal
Almôgo 10:30H/11:00H	Arroz integral, Feijão carioca, Sobrecoxa ao molho com cenoura, salada de brócolis + laranja	Risoto integral de carne (batata, cenoura, carne moída + escarola + salada de repolho c/ tomate + melão	Arroz integral colorido, Feijão carioca, Peixe ao molho, Pão do molho de peixe, salada alface	Arroz integral, Feijão preto, Carne bovina ao molho com mandioca + salada de beterraba + melancia	Macarrão integral com molho de carne moída + escarola + salada de couve flor + maçã	PTN 26,01 g	PTN 21,54 g
Lanche 14:00H/14:30H	Chá enxa doce/citreira + biscoito polvilho s/ leite + maçã	Creme de manga, banana e aveia	iogurte vegano com morango e banana batido	Suco de uva integral + salada de frutas (mamão, melão, morango)	Suco de maracujá + torta de legumes com aveia s/ leite	CaLCO 463,25 Mg	CaLCO 503,25 Mg
Jantar 16:00H/16:30H	Arroz carreteiro integral (batata, cenoura, carne iscas, ervilha) + espinafre + salada de azeite + melancia	Sopa de frango + mandioca + beterraba + abobrinha + espinafre + laranja	Quirera + carne moída ao molho + abobrinha refogada + agrião + maçã	Purê de batatas s/ leite + frango ao molho + couve refogada + salada de tomate	Polenta + frango ao molho + salada de azeite + melão	FERRO 5,14 Mg	FERRO 4,95 Mg
	SEGUNDA 30/10/2023	TERÇA 31/10/2023	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MÊS	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MÊS
Desjejum 7:30H/8:00H	Suco de uva integral + panqueca de queijo vegetal s/ leite	iogurte vegano com morango e banana batido				KCAL 808,69 Kcal	KCAL 691,73 Kcal
Almôgo 10:30H/11:00H	Arroz integral, Feijão preto, Carne moída ao molho, polenta + rúcula + salada de cenoura + melão	Arroz integral, Feijão carioca, Frango (saassani) ao molho, salada de alface + laranja				CHO 132,98 g	CHO 100,54 g
Lanche 14:00H/14:30H	Vitamina de banana e morango com aveia com leite vegetal	Suco de maracujá + torta de legumes com aveia s/ leite				PTN 23,56 g	PTN 26,59 g
Jantar 16:00H/16:30H	Canja (arroz integral, frango, abobrinha, cenoura, batata) + couve + maçã	Risoto integral de carne (batata, cenoura, carne moída, ervilha) + rúcula + salada de abobrinha + melão				LP 20,45 g	LP 19,25 g

Observações: Fibras e Leite Vegetal

CMEI
ZULEIDE

ALUNO
DANIA PIRES ARISTOTELES MEDEIROS

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

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

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

Liliane Correa Costa Siqueira
CRN 8 6303
Coordenação Operacional

Amanda Galvão
CRN 8 11501
Nutricionista Controlador Operacional