

CMEI / CEI DE 13 MESES A 2 ANOS E 11 MESES – CARDÁPIO SETEMBRO/2026

SEM OVO, TRAÇOS OK

	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
	1/9/2026	2/9/2026	3/9/2026	4/9/2026	KCAL 625 CHO 106	KCAL 580 CHO 84 9	
Desjejum 7:30H/8:00H	Lente com banana e aveia + manga picada + biscoito de polvilho	Suco de maçã integral + salada de frutas (banana, laranja e morango)	Suco de péssago integral + torta de frango com legumes	Lente com morango + bolo de maçã sem açúcar	PTN 21 LIP 7 9	PTN 20 LIP 8 9	
Almoço 10:30H/11:00H	Arroz, Feijão preto, Barreado, farofa de banana da terra + couve + salada tomate e cebola + laranja	Arroz, Feijão carioca, Frango assado (sobrecoca) + purê de batata + rúcula + maçã	Arroz, Feijão preto, Carne bovina ao molho com mandioca + salada de alface + melancia	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho, jardineira de legumes (cenoura, batata e brócolis) + melão	CALCIO 265 FERRO 3 Mg	CALCIO 123 FERRO 4 Mg	
Lanche 13:30H/14:00H	Lente com morango + bolo de maçã sem açúcar	Suco de péssago integral + torta de frango com legumes	Suco de maçã integral + salada de frutas (banana, laranja e morango)	Lente com banana e aveia + manga picada + biscoito de polvilho	VITAMINA A 264 VITAMINA C 75 Mg	VITAMINA A 210 VITAMINA C 45 Mg	
Jantar 15:30H/16:00H	Arroz com cenoura + FEIJÃO CARIOCA + Frango ao molho + agrião + abóbora refogada + maçã	Macarrão sem ovo com carne moída + legumes refogados (brócolis e cenoura) + laranja	Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata) + couve	Purê de batata + Carne moída ao molho + escarola + salada de alface + melancia			
	SEGUNDA 7/9/2026	TERÇA 8/9/2026	QUARTA 9/9/2026	QUINTA 10/9/2026	SEXTA 11/9/2026	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
Desjejum 7:30H/8:00H	Chá erva doce/cidreira + biscoito polvilho + maçã	Lente com banana + pão de queijo	Iogurte natural com morango e banana batido + biscoito de polvilho	Suco de uva integral + panqueca sem ovo colorida cenoura + recheio frango	KCAL 621 CHO 106 9	KCAL 642 CHO 100 9	
Almoço 10:30H/11:00H	Arroz, Feijão carioca, Frango grelhado + couve + Abóbora refogada + portkan	Arroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de alface	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho com legumes (chuchu e cenoura) + rúcula + salada de brócolis + melancia	Arroz, Feijão preto, Carne moída ao molho, polenta + rúcula + salada de beterraba + manga	PTN 23 LIP 10 9	PTN 20 LIP 13 9	
Lanche 13:30H/14:00H	Suco de uva integral + panqueca sem ovo colorida cenoura + recheio frango	Iogurte natural com morango e banana batido + biscoito de polvilho	Lente com banana + pão de queijo	Chá erva doce/cidreira + biscoito polvilho + maçã	CALCIO 231 FERRO 4 Mg	CALCIO 106 FERRO 3 Mg	
Jantar 15:30H/16:00H	Arroz com brócolis + FEIJÃO PRETO + Carne moída ao molho + agrião + abobrinha refogada + maçã	Polenta + Frango ao molho + salada de acelga + portkan	Arroz carreteiro (cenoura, batata, carne iscas, ervilha) + espinafre + salada de beterraba + manga	Macarrão sem ovo com frango + legumes refogados (brócolis e cenoura) + melancia	VITAMINA A 363 VITAMINA C 69 Mg	VITAMINA A 236 VITAMINA C 25 Mg	
	SEGUNDA 14/9/2026	TERÇA 15/9/2026	QUARTA 16/9/2026	QUINTA 17/9/2026	SEXTA 18/9/2026	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
Desjejum 7:30H/8:00H	Mingau de aveia com banana	Chá erva doce/cidreira + bolo de banana sem açúcar + portkan	Suco de maçã integral + salada de frutas (melão, melão e uva)	Vitamina de frutas (banana e morango) com aveia + biscoito de polvilho	KCAL 653 CHO 120 9	KCAL 560 CHO 102 9	
Almoço 10:30H/11:00H	Arroz + Frango ao molho com legumes (batata, cenoura, milho) + escarola + salada de tomate + maçã	Arroz, Feijão preto com cubos de carne bovina, farofa de cenoura + couve + laranja	Arroz integral, Feijão carioca, Frango (salsami) ao molho, salada de alface + goiaba	Arroz, Feijão preto, Carne moída ao molho, purê de batatas + salada de brócolis	PTN 21 LIP 10 9	PTN 18 LIP 9 9	
Lanche 13:30H/14:00H	Vitamina de frutas (banana e morango) com aveia + biscoito de polvilho	Suco de abacaxi natural + tapioca de queijo + melão	Mingau de aveia com banana	Suco de maçã integral + salada de frutas (melão, melão e uva)	CALCIO 289 FERRO 3 Mg	CALCIO 231 FERRO 4 Mg	
Jantar 15:30H/16:00H	Polenta + Carne moída ao molho + salada de acelga + laranja	Macarrão sem ovo com frango + legumes refogados (brócolis e cenoura) + goiaba	Arroz com cenoura + FEIJÃO PRETO + Carne moída ao molho + agrião + abobrinha refogada	Sopa de frango + mandioca + beterraba + abobrinha + espinafre + mamão	VITAMINA A 264 VITAMINA C 99 Mg	VITAMINA A 210 VITAMINA C 106 Mg	
Observações : Período Integral. Sem ovo (Omelete e Ovos Mexidos) + Traços OK, panqueca e tapioca sem ovo							
CMEI				ALUNO			

Observações: Período Integral. Sem ovo (Omelete e Ovos Mexidos) + Traços OK, panqueca e tapioca sem ovo

CMEI

ALUNO

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

Ligia Márcia Toledo Faria Vicente
Matr Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO Nº 731

Carmel Consentinio de Carvalho
Matr Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO Nº 1102

Elisabete Cristina Costa Guedes
CRN 8 6853
Viviana Lima Anacleto Luz
Núcleo de Controle Operacional
CRN 8 19740

SEM OVO, TRAÇOS OK

	SEGUNDA 21/9/2026	TERÇA 22/9/2026	QUARTA 23/9/2026	QUINTA 24/9/2026	SEXTA 25/9/2026	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
Desjejum 7:30H/8:00H	Íogurte natural com morango e banana batido + biscoito de polvilho	Leite com morango + panqueca sem ovo de banana com aveia	Suco de abacaxi natural + tapioca de queijo	Leite com cacau + pão de queijo	Suco de maracujá + Panqueca sem ovo de frango desfiado ao molho + Bolo de banana sem açúcar	KCAL 590 CHO 88	KCAL 651 CHO 106
Almoço 10:30H/11:00H	Arroz, Feijão preto, Carne ao molho, pitão de carne + salada de beterraba + melão	Arroz, Feijão caraca, Frango ao molho, jardineira de legumes (batata salta + chuchu + cenoura) + brócolis + portkan	Arroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho, Pão de melão de peixe, salada de alicce	Arroz, Feijão caraca, Sobrecoxa ao molho com cenoura, salada de brócolis + melancia	Macarrão sem ovo com molho de carne moída + escarola + salada de alicce com tomate + manga	PTN 20 LIP 9	PTN 19 LIP 12
Lanche 13:30H/14:00H	Leite com cacau + pão de queijo	Suco de abacaxi natural + tapioca de queijo	Leite com morango + panqueca sem ovo de banana com aveia	Íogurte natural com morango e banana batido + biscoito de polvilho	Suco de maracujá + Panqueca sem ovo de frango desfiado ao molho + Bolo de banana sem açúcar	CALCIO 206 FERRO 5	CALCIO 113 FERRO 4
Jantar 15:30H/16:00H	Polenta + Frango ao molho + salada de alicce + portkan	Macarrão sem ovo com carne moída + Legumes refogados (brócolis e cenoura)	Arroz com brócolis + FEIJÃO CARIOCA + Frango ao molho + aglio + abóbora refogada + melancia	Risoto de carne (batata, cenoura, carne moída, ervilha) + ricula + salada de beterraba + laranja	Purê de batatas + Frango ao molho + couve refogada + salada de alicce + banana	VITAMINA A 196 VITAMINA C 87	VITAMINA A 246 VITAMINA C 50
	SEGUNDA 28/9/2026	TERÇA 29/9/2026	QUARTA 30/9/2026			MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
Desjejum 7:30H/8:00H	Vitamina de frutas (banana e abacate) com aveia + biscoito de polvilho	Suco de uva integral + panqueca sem ovo de queijo	Suco de manga integral + tortia de frango com legumes			KCAL 659 CHO 124	KCAL 563 CHO 98
Almoço 10:30H/11:00H	Arroz, Feijão caraca, Frango grelhado + espinafre + legumes refogados (abobrinha e cenoura) + portkan	Arroz, Feijão preto, Carne moída ao molho com legumes (abóbora e chuchu) + aglio + salada de alicce + melão	Macarrão sem ovo parafuso + Frango ao molho desfiado + espinafre + salada de beterraba + maçã			PTN 20 LIP 15	PTN 19 LIP 12
Lanche 13:30H/14:00H	Suco de uva integral + panqueca sem ovo de queijo	Suco de manga integral + tortia de frango com legumes	Vitamina de frutas (banana e abacate) com aveia + biscoito de polvilho			CALCIO 215 FERRO 4	CALCIO 196 FERRO 3
Jantar 15:30H/16:00H	Polenta com almondegas ao molho + brócolis + salada de beterraba + maçã	Arroz + Frango ao molho com legumes (batata, cenoura e milho) + ricula + salada de tomate + portkan	Sopa de FEIJÃO (batata, mandioquinha, cenoura e carne) + couve + melão			VITAMINA A 296 VITAMINA C 63	VITAMINA A 231 VITAMINA C 115

Observações: Período Integral. Sem ovo (Omelete e Ovos Mexidos) + Traços OK, panqueca e tapioca sem ovo

CMEI

ALUNO

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

Ligia Marcia Toledo Faria Vicente
Matr. Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO Nº 7371

Camile Consentino de Carvalho
Matr. Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO Nº 1102

Helaine Cassia Costa Bualda
CRN 8 6493
Coordenadora Operacional

Victória Lima Amarelino Luz
Nutricionista Controlador Operacional
CRN 8 19740