



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



		QUINTA		SEXTA		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
		14/10/2026		21/10/2026					
Desjejum 7:30H/8:00H		Suco de uva integral + panqueca colorida cenoura + recheio frango		Lente com banana + pão de queijo		KCAL	625	KCAL	580
						CHO	106	CHO	84
Almôço 10:30H/11:00H		Arroz, Feijão preto, Carne bovina cubos ao molho com mandioca + salada de alface + melancia		Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho com legumes (brócolis e cenoura) + rúcula + salada de tomate + mamão		PTN	21	PTN	20
						LIP	7	LIP	8
Lanche 13:30H/14:00H		Lente com banana + pão de queijo		Suco de uva integral + panqueca colorida cenoura + recheio frango		CALCIO	265	CALCIO	123
						FERRO	3	FERRO	4
Jantar 15:30H/16:00H		Macarrão com frango + legumes refogados (brócolis e cenoura) + mamão		Arroz com cenoura + Carne moída ao molho + abobrinha refogada + melancia		VITAMINA A	264	VITAMINA A	210
						VITAMINA C	75	VITAMINA C	45
SEGUNDA		QUINTA		SEXTA		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
5/10/2026		8/10/2026		9/10/2026					
Desjejum 7:30H/8:00H	logurte natural com morango e banana batido + biscoito de polvilho	Suco de abacaxi natural + ovos mexidos + melão		Suco de uva integral + Panqueca de carne moída + Bolo de banana sem açúcar com cobertura de cacau 100%		KCAL	621	KCAL	642
						CHO	106	CHO	100
Almôço 10:30H/11:00H	Arroz, Feijão preto, Omelete assado + espinafre + legumes refogados (abobrinha e cenoura) + maçã	Arroz, Feijão carioca, Carne moída ao molho, polenta + rúcula + salada de beterraba + melancia		Macarrão parafuso + Frango ao molho destilado + espinafre + salada de vagem + manga		PTN	23	PTN	20
						LIP	10	LIP	13
Lanche 13:30H/14:00H	Suco de abacaxi natural + ovos mexidos + melão	Lente com banana + pão de queijo		Suco de uva integral + Panqueca de carne moída + Bolo de banana sem açúcar com cobertura de cacau 100%		CALCIO	231	CALCIO	106
						FERRO	4	FERRO	3
Jantar 15:30H/16:00H	Arroz + Frango ao molho com legumes (batata, cenoura e milho) + rúcula + salada de alface + melão	Sopa de frango + mandioca + cenoura + abobrinha + couve + manga		Arroz carreteiro + TERMO CARIOCA + (cenoura, batata, carne iscas, ervilha) + espinafre + salada de beterraba + melancia		VITAMINA A	363	VITAMINA A	236
						VITAMINA C	69	VITAMINA C	25
SEGUNDA		QUINTA		SEXTA		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
12/10/2026		15/10/2026		16/10/2026					
Desjejum 7:30H/8:00H		Chá de erva doce/cidreira + biscoito de polvilho + manga		Suco de maçã integral + salada de frutas (banana, mamão, morango)		KCAL	653	KCAL	560
						CHO	120	CHO	102
Almôço 10:30H/11:00H		Arroz, Feijão carioca, Frango (sassarim) ao molho, salada de alface + melão		Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho, bovina, farofa de cenoura + couve + laranja		PTN	21	PTN	18
						LIP	10	LIP	9
Lanche 13:30H/14:00H		Suco de manga integral + tortia de frango com legumes		Chá de erva doce/cidreira + biscoito de polvilho + manga		CALCIO	289	CALCIO	231
						FERRO	3	FERRO	4
Jantar 15:30H/16:00H		Sopa de feijão (batata, mandiocinha, carne, cenoura) + couve + laranja		Arroz carreteiro (cenoura, batata, carne iscas, ervilha) + espinafre + salada de tomate + melão		VITAMINA A	264	VITAMINA A	210
						VITAMINA C	98	VITAMINA C	106

Observações:

CMEI

ALUNO

Patricia dos Santos Alves Garcia
Mat. Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO NT 7M1

Ligia Marcia Toledo Faria Vicente
Mat. Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO NT 7M1

Camile Consolino de Carvalho
Mat. Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO NT 102

Letícia Gomes Costa Baccila
CRN 9 603

Viviane Lima Andrade Luz
Mat. Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO NT 102

CRN 9 19740

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

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL	
	19/10/2026	20/10/2026	21/10/2026	22/10/2026	23/10/2026	MANHÃ	TARDE
Desjejum 7:30H/8:00H	Vitamina de frutas (banana e morango) com aveia + biscoito de polvilho	Leite com morango + panqueca de banana com aveia	Suco de maçã integral + salada de frutas (laranja, melão, uva)	Suco de uva integral + panqueca de queijo	Suco de abacaxi natural + Ovos mexidos + Bolo de banana sem açúcar	KCAL 590 CHO 88 PTN 20 LIP 9	KCAL 651 CHO 106 PTN 19 LIP 9
Almoço 10:30H/1:00H	Arroz integral, Feijão preto, Carne ao molho, Pão de carne + salada de beterraba + melão	Arroz, Feijão carioca, Frango (salsami) grelhado, salada de aceitola + maçã	Arroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho, Pão de milho de pelve, salada de alface	Arroz, Feijão carioca, Sobrecoca ao molho com cenoura, salada de brócolis + melancia	Macarrão com molho de carne moída + escarola + salada de tomate com pepino + manga	KCAL 206 CHO 5 PTN 196 LIP 87	KCAL 113 CHO 4 PTN 246 LIP 50
Lanche 13:30H/14:00H	Suco de uva integral + panqueca de queijo	Suco de maçã integral + salada de frutas (laranja, melão, uva)	Leite com morango + panqueca de banana com aveia	Vitamina de frutas (banana e morango) com aveia + biscoito de polvilho	Suco de abacaxi natural + Ovos mexidos + Bolo de banana sem açúcar	KCAL 206 CHO 5 PTN 196 LIP 87	KCAL 113 CHO 4 PTN 246 LIP 50
Jantar 15:30H/16:00H	Polenta + Frango ao molho + salada de aceitola + maçã	Macarrão com carne moída + Legumes refogados (brócolis e cenoura)	Arroz com cenoura + Frango ao molho + abóbora refogada + melão	Purê de batata + Carne moída ao molho + escarola + salada de tomate com pepino + manga	Arroz + FEIJÃO CARIOCA + Frango ao molho com legumes (batata, cenoura e milho) + rúcula + salada de alface + melancia	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
	26/10/2026	27/10/2026	28/10/2026	29/10/2026	30/10/2026		
Desjejum 7:30H/8:00H	Suco de pêssego integral + torta de frango com legumes	Leite com morango + bolo de maçã sem açúcar	Logurte natural com morango e banana batido + biscoito de polvilho	Suco de abacaxi natural + crepoca de queijo + mamão		KCAL 659 CHO 124 PTN 20 LIP 15	KCAL 563 CHO 98 PTN 19 LIP 12
Almoço 10:30H/1:00H	Arroz, Feijão carioca, Ovos mexidos + couve + Abóbora refogada + melão	Arroz, Feijão preto, Barreado, (torta de banana da terra + couve + salada tomate e cebola + laranja)	Arroz, Feijão carioca, Frango assado (sobrecoca) + purê de batata + rúcula + melancia	Arroz, Feijão preto, Carne moída com legumes (batata salsa e cenoura) + agrião + salada de alface + maçã		KCAL 215 CHO 4 PTN 236 LIP 63	KCAL 196 CHO 3 PTN 231 LIP 115
Lanche 13:30H/14:00H	Logurte natural com morango e banana batido + biscoito de polvilho	Suco de abacaxi natural + crepoca de queijo + mamão	Suco de pêssego integral + torta de frango com legumes	Leite com morango + bolo de maçã sem açúcar		RECESSO	
Jantar 15:30H/16:00H	Polenta com almondegas ao molho + brócolis + salada de beterraba + laranja	Arroz com cenoura + Frango ao molho + abóbora refogada + melão	Risoto de carne (batata, cenoura, carne moída, ervilha) + rúcula + FEIJÃO PRETO + salada de alface + maçã	Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata) + couve + melancia			

CMEI

Observações:

ALUNO


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


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


Camile Consolino de Carvalho
Mat. Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO Nº 102


Lidiane Carreira Gomes
CRN 8 83103


Vitoria Lima Anacleto Luz
Matriculada Controlador Administrativo
CRN 8 19720