

CMEI / CEI DE 13 MESES A 2 ANOS E 11 MESES – CARDÁPIO MAIO/2025



SEM LACTOSE

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
Desjejum 7:30H/8:00H				16/5/2025	26/5/2025	KCAL 503 Kcal CHO 98 g PTN 18 g LIP 9 g	KCAL 459 Kcal CHO 71 g PTN 15 g LIP 8 g
Almoço 10:30H/11:00H				FERIADO		Arroz, Feijão carioca, Omelete assado + espinafre + legumes refogados (abobrinha e cenoura) + banana	
Lanche 14:00H/14:30H						Mingau de aveia sem lactose com banana e leite sem lactose	
Jantar 16:00H/16:30H						Polenta + Frango ao molho + salada de azeite + laranja	
	SEGUNDA 5/5/2025	TERÇA 6/5/2025	QUARTA 7/5/2025	QUINTA 8/5/2025	SEXTA 9/5/2025	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
Desjejum 7:30H/8:00H	Leite sem lactose com banana e aveia sem lactose + manga picada	Suco de maçã integral + salada de frutas (uva, manga e melão)	Suco de uva integral + panqueca sem lactose de beirrada com recheio de frango	Leite sem lactose com banana + pão de queijo vegano	Suco de maracujá + lora de frango com legumes sem lactose	KCAL 512 Kcal CHO 92 g PTN 17 g LIP 7 g	KCAL 466 Kcal CHO 71 g PTN 14 g LIP 10 g
Almoço 10:30H/11:00H	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho com legumes (chuchu e cenoura) + rúcula + salada de azeite + maçã	Arroz, Feijão preto, Barreado, farofa de banana da terra + couve + salada tomate e cebola + laranja	Arroz colorido, Feijão carioca, Peixe ao molho, Pão de milho de palha + salada de azeite	Arroz, Feijão preto, Carne bovina ao molho + pão de carne + salada de beirrada + caqui	Arroz, Feijão carioca, Sobrecoxa ao molho com cenoura + salada de brócolis + melancia	KCAL 126 Kcal CHO 3 Mg PTN 196 Mg LIP 103 Mg	CALCIO 154 Mg FERRO 3 Mg VITAMINA A 216 Mg VITAMINA C 36 Mg
Lanche 14:00H/14:30H	Suco de uva integral + panqueca sem lactose de beirrada com recheio de frango	Suco de maracujá + lora de frango com legumes sem lactose	Leite sem lactose com banana + pão de queijo vegano	Suco de maçã integral + salada de frutas (uva, manga e melão)	Logurte sem lactose com morango e banana batido		
Jantar 16:00H/16:30H	Arroz, carreteiro (cenoura, batata, carne iscas, ervilha) + espinafre + salada de azeite	Purê de batatas sem leite + Frango ao molho + couve refogada + salada de beirrada + maçã	Sopa de feijão (batata, mandioquinha, carne, cenoura) + couve + laranja	Risoto de frango (cenoura, batata, milho, frango) + rúcula + salada de repolho + melancia	Polenta, Carne moída ao molho + salada de azeite + caqui		
	SEGUNDA 12/5/2025	TERÇA 13/5/2025	QUARTA 14/5/2025	QUINTA 15/5/2025	SEXTA 16/5/2025	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
Desjejum 7:30H/8:00H	Logurte sem lactose com morango e banana batido	Suco de abacaxi natural + ovos mexidos + maçã	Vitamina de frutas (banana e mamão) com leite sem lactose e aveia sem lactose + biscoito de polvilho sem lactose	Leite sem lactose com morango + panqueca sem lactose de banana com aveia sem lactose	Suco de uva integral + panqueca sem lactose com queijo sem lactose	KCAL 589 Kcal CHO 109 g PTN 20 g LIP 8 g	KCAL 525 Kcal CHO 94 g PTN 15 g LIP 7 g
Almoço 10:30H/11:00H	Arroz, Feijão preto, Carne moída com legumes (batata e cenoura) + agrião + salada azeite + maçã	Arroz, Feijão carioca, Frango assado (sobrecoxa) + cenoura e milho refogados + rúcula + melão	Arroz colorido, Feijão preto, Quibe assado + espinafre + salada repolho + laranja	Arroz, Feijão carioca, Frango (salsão) ao molho + salada de azeite + melancia	Arroz, Feijão preto, Carne moída ao molho + cenoura + salada de brócolis + melancia	KCAL 164 Mg CHO 3 Mg PTN 164 Mg LIP 3 Mg	CALCIO 115 Mg FERRO 2 Mg
Lanche 14:00H/14:30H	Suco de uva integral + panqueca sem lactose com queijo sem lactose	Chá erva doce/cidreira + biscoito polvilho sem lactose + laranja	Suco de abacaxi natural + ovos mexidos + maçã	Arroz com brócolis + Carne moída ao molho + abobrinha refogada + agrião + ponkan	Macarrão com frango + legumes refogados (brócolis e cenoura) + melancia		
Jantar 16:00H/16:30H	Sopa de frango + mandioca + beirrada + abobrinha + espinafre	Risoto de carne (batata, cenoura, carne moída, ervilha) + rúcula + salada de pepino com tomate + banana	Polenta + Frango ao molho + salada de azeite + melão			VITAMINA A 364 Mg VITAMINA C 61 Mg	VITAMINA A 213 Mg VITAMINA C 46 Mg

Observações: Leite, biscoitos, farinhas, cereais (aveia), laticínios sem traços de lactose

CMEI

ALUNO

Patricia dos Santos Alves Garcia
Matr. Funcional nº 7893 CRN nº REGIÃO Nº1781

Ligia Marcia Toledo Faria Vicente
Matr. Funcional nº 11146 CRN nº REGIÃO Nº2321

Camille Consentino de Carvalho
Matr. Funcional nº 7894 CRN nº REGIÃO Nº1102

Endereço: Rua Carlos Gomes, 1544
CEP: 83.203-150
Cidade: Paranaguá - Paraná

Lista de 1000 Alunos
RANKING
CRN 15644

CMEI / CEI DE 13 MESES A 2 ANOS E 11 MESES – CARDÁPIO MAIO/2025

SEM LACTOSE

	SEGUNDA 19/5/2025	TERÇA 20/5/2025	QUARTA 21/5/2025	QUINTA 22/5/2025	SEXTA 23/5/2025	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
Desjejum 7:30H/8:00H	Chá erva doce/cidreira + bolo de banana sem açúcar e sem lactose + maçã picada	Leite sem lactose com banana + tapioca de coco com leite sem lactose	Suco de morango + torta de frango com legumes sem lactose	iogurte sem lactose com morango e banana batido	Suco de abacaxi natural + pizza de tapioca com queijo sem lactose + laranja	KCAL	503	KCAL	531
Almooço 10:30H/11:00H	Arroz, Feijão preto, Ovos mexidos + couve + abóbora refogada + melão	Arroz, Feijão carioca, Carne bovina ao molho com mandioca + salada alface + maçã	Arroz integral, Feijão preto, Frango ao molho, jardineira de legumes (brócolis, cenoura e abobrinha) + portkan	Arroz, Feijão carioca, Bolinho de carne ao molho, salada de azeitona + melancia	Macarão parafuso, Frango ao molho destiçado + espinafre refogado + salada de repolho c/ tomate + banana	PTN	14	PTN	15
Lanche 14:00H/14:30H	Suco de abacaxi natural + pizza de tapioca com queijo sem lactose + laranja	iogurte sem lactose com morango e banana batido	Vitaminas de frutas (abacate e banana) com leite sem lactose e aveia sem lactose + biscoito de polvilho sem lactose	Leite sem lactose com banana + tapioca de coco com leite sem lactose	Chá erva doce/cidreira + bolo de banana sem açúcar e sem lactose + maçã picada	LIP	8	LIP	9
Jantar 16:00H/16:30H	Macarrão com carne moída + Legumes refogados (cenoura e chuchu) + maçã	Risoto de frango (cenoura, batata, milho, frango) + rúcula + salada de repolho c/ tomate + melão	Purê de batatas sem leite + Carne moída ao molho + escarola + salada de pepino	Arroz com cenoura + Frango ao molho + abóbora refogada + agrião + caqui	Potienta + Carne moída ao molho + salada azeitona	CALCIO	114	CALCIO	85
	SEGUNDA 26/5/2025	TERÇA 27/5/2025	QUARTA 28/5/2025	QUINTA 29/5/2025	SEXTA 30/5/2025	VITAMINA A	263	VITAMINA A	112
						VITAMINA C	204	VITAMINA C	54
Desjejum 7:30H/8:00H	Chá erva doce/cidreira + biscoito de polvilho sem lactose + maçã	Leite sem lactose com banana + pão de queijo vegano	Vitaminas de frutas (abacate e banana) com leite sem lactose e aveia sem lactose + biscoito de polvilho sem lactose	Suco de maçã integral + salada de frutas (kiwi, maçã e laranja)	Suco de abacaxi natural + panqueca sem lactose com queijo sem lactose + bolo de banana sem açúcar e sem lactose	KCAL	512	KCAL	512
Almooço 10:30H/11:00H	Arroz, Feijoad com cubos de carne bovina, farofa de cenoura + couve + laranja	Arroz colorido, Feijão carioca, Peixe ao molho, Pirão do milho de peixe + salada de alface	Arroz, Feijão preto, Carne moída ao molho + purê de batata sem leite + salada de brócolis + péra	Arroz, Feijão carioca, Frango (sassami) grelhado + salada de azeitona + banana	Risoto de carne (batata, cenoura, carne moída) + escarola + salada de vagem com tomate + melancia	PTN	15	PTN	17
Lanche 14:00H/14:30H	Leite sem lactose com cacau 100% + banana picada	Suco de maçã integral + salada de frutas (kiwi, maçã e laranja)	Suco de morango + torta de frango com legumes sem lactose	Leite sem lactose com banana + pão de queijo vegano	Suco de abacaxi natural + panqueca sem lactose com queijo sem lactose + bolo de banana sem açúcar e sem lactose	LIP	10	LIP	10
Jantar 16:00H/16:30H	Purê de batatas sem leite + Frango ao molho + couve refogada + salada de vagem com tomate	Arroz carreteiro (cenoura, batata, carne iscas, ervilha) + espinafre + salada de tomate + laranja	Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata + couve + melancia	Arroz com cenoura + Carne moída ao molho + abobrinha refogada + agrião + péra	Macarrão com frango + legumes refogados (brócolis e cenoura) + banana	CALCIO	263	CALCIO	154
						FERRO	2	FERRO	3
						VITAMINA A	214	VITAMINA A	236
						VITAMINA C	55	VITAMINA C	74

Observações: Leite, biscoitos, farinhas, cereais (aveia), laticínios sem traços de lactose

CMEI

ALUNO

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

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

Isadora Cristina Costa Baiduk
CRN 3.883
Coordenadora Operacional

Isa de Souza Macedo
Mat. Funcional nº 11146
CRN 15644