

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

		SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
					15/5/2025	21/5/2025		
Desjejum 7:30H/8:00H						Vitamina de frutas (banana e morango) com aveia + biscoito de polvilho	KCAL 510 CHO 101 PTN 18 LIP 9	KCAL 465 CHO 73 PTN 15 LIP 8
Almoco 10:30H/11:00H						Arroz, Feijão carioca, Omelete assado + espinafre + legumes refogados (abobrinha e cenoura) + banana	PTN 18 LIP 9	PTN 15 LIP 8
Lanche 14:00H/14:30H						Mingau de aveia com banana	CALCIO 106 FERRO 3	CALCIO 63 FERRO 4
Jantar 16:00H/16:30H						Polenta + Frango ao molho + salada de acelga + laranja	VITAMINA A 403 VITAMINA C 64	VITAMINA A 306 VITAMINA C 45
		SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
		5/5/2025	6/5/2025	7/5/2025	8/5/2025	9/5/2025		
Desjejum 7:30H/8:00H	Leite com banana e aveia + manga picada	Suco de maçã integral + salada de frutas (uva, manga e melão)	Suco de uva integral + panqueca de beterraba com recheio de frango	Leite com banana + pão de queijo com polvilho	Suco de maracujá + torta de frango com legumes		KCAL 526 CHO 94 PTN 18 LIP 8	KCAL 474 CHO 74 PTN 15 LIP 10
Almoco 10:30H/11:00H	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho com legumes (chuchu e cenoura) + rúcula + salada de acelga + maçã	Arroz, Feijão preto, Barreado, farofa de banana da terra + couve + salada tomate e cebola + laranja	Arroz colorido, Feijão carioca, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe + salada de alicce	Arroz, Feijão preto, Carne bovina ao molho + pirão de carne + salada de beterraba + caqui	Arroz, Feijão carioca, Sobrecoxa ao molho com cenoura + salada de brócolis + melancia		Mg 263 Mg 4 Mcg 213 VITAMINA C 145	Mg 146 Mg 3 Mcg 263 VITAMINA C 40
Lanche 14:00H/14:30H	Suco de uva integral + panqueca de beterraba com recheio de frango	Suco de maracujá + torta de frango com legumes	Leite com banana e pão de queijo com polvilho	Suco de maçã integral + salada de frutas (uva, manga e melão)	logurte natural com morango e banana batido			
Jantar 16:00H/16:30H	Arroz carreteiro (cenoura, batata, carne iscas, ervilha) + espinafre + salada de alicce	Purê de batatas + Frango ao molho + couve refogada + salada de beterraba + 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 acelga + caqui			
		SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
		12/5/2025	13/5/2025	14/5/2025	15/5/2025	16/5/2025		
Desjejum 7:30H/8:00H	logurte natural com morango e banana batido	Suco de abacaxi natural + ovos mexidos + maçã	Vitamina de frutas (banana e mamão) com aveia + biscoito de polvilho	Leite com morango + panqueca de banana com aveia	Suco de uva integral + panqueca de queijo		KCAL 603 CHO 112 PTN 21 LIP 9	KCAL 536 CHO 96 PTN 16 LIP 8
Almoco 10:30H/11:00H	Arroz, Feijão preto, Carne moída com legumes (batata e cenoura) + agrião + salada alicce + maçã	Arroz, Feijão carioca, Frango assado (sobrecoca) + creme de milho + rúcula + melão	Arroz colorido, Feijão preto, Quibe assado + espinafre + salada repolho + laranja	Arroz, Feijão carioca, Frango (sassami) ao molho + salada de alicce + melancia	Arroz, Feijão preto, Carne moída ao molho, polenta + rúcula + salada de cenoura + ponkan		CALCIO 236 FERRO 4	CALCIO 104 FERRO 3
Lanche 14:00H/14:30H	Suco de uva integral + panqueca de queijo	Chá erva doce/cidreira + biscoito polvilho + laranja	Suco de abacaxi natural + ovos mexidos + maçã	Vitamina de frutas (banana e mamão) com aveia + biscoito de polvilho	Leite com morango + panqueca de banana com aveia		Mg 456 VITAMINA A 466 VITAMINA C 59	Mg 254 Mcg 254 VITAMINA C 53
Jantar 16:00H/16:30H	Sopa de frango + mandioca + beterraba + abobrinha + espinafre	Risoto de carne (batata, cenoura, carne moída, ervilha) + rúcula + salada de pepino com tomate + banana	Polenta + Frango ao molho + salada de acelga + melão	Arroz com brócolis + Carne moída ao molho + abobrinha refogada + agrião + ponkan	Macarrão com frango + legumes refogados (brócolis e cenoura) + melancia			
Observações:								
CMEI								
ALUNO								

CMEI

Observações:

ALUNO

Patricia dos Santos Alves Garcia

Ligia Marcia Toledo Faria Vicente

Camille Consentino de Carvalho

Assessoria Técnica - Cozinha
CRN 2.6903
Coordenadora Operacional

Leis de Proteção à Saúde
Funcionária
CRN 1564

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

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
						KCAL	Kcal	KCAL	Kcal
19/5/2025		20/5/2025	21/5/2025	22/5/2025	23/5/2025				
08:30H/8:00H	Chá erva doce/cidreira + bolo de banana sem açúcar + maçã picada	L Leite com banana + tapioca de coco	Suco de morango + laranja com legumes	Logurte natural com morango e banana batido	Suco de abacaxi natural + pizza de tapioca + laranja	CHO	97 g	CHO	101 g
10:30H/11:00H	Arroz, Feijão preto, Ovos mexidos + couve + abóbora refogada + melão	Arroz, Feijão carioca, Carne bovina ao molho com mandiocas + salada alicace + 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 azeite + melancia	Macarrão parafuso, Frango ao molho desfiado + espinafre refogado + salada de repolho c/ tomate + banana	PTN	18 g	PTN	14 g
14:00H/14:30H	Suco de abacaxi natural + pizza de tapioca + laranja	Logurte natural com morango e banana batido	Vitaminina de frutas (abacate e banana) com aveia + biscoito de polvilho	L Leite com banana + tapioca de coco	Chá erva doce/cidreira + bolo de banana sem açúcar + maçã picada	LIP	8 g	LIP	10 g
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 + Carne moída ao molho + escarola + salada de pepino	Arroz com cenoura + Frango ao molho + abóbora refogada + agrião + caqui	Polenta + Carne moída ao molho + salada azeite	CALCIO	152 Mg	CALCIO	84 Mg
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	VITAMINA A	314 Mcg	VITAMINA A	111 Mcg
	28/5/2025	27/5/2025	28/5/2025	29/5/2025	30/5/2025	VITAMINA C	165 Mg	VITAMINA C	67 Mg
						MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
08:30H/8:00H	Chá erva doce/cidreira + biscoito polvilho + maçã	L Leite com banana + pão de queijo com polvilho	Vitaminina de frutas (abacate e banana) com aveia + biscoito de polvilho	Suco de maçã integral + salada de frutas (kiwi, maçã e laranja)	Suco de abacaxi natural + panqueca de queijo + bolo de banana sem açúcar	KCAL	563 Kcal	KCAL	523 Kcal
10:30H/11:00H	Arroz, Feijão com cubos de carne bovina, laranja de cenoura + couve + laranja	Arroz colorido, Feijão carioca, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe + salada de alicace	Arroz, Feijão preto, Carne moída ao molho + purê de batata + salada de brócolis + péra	Arroz, Feijão carioca, Frango (sassam) grelhado + salada de azeite + banana	Risoto de carne (batata, cenoura, carne moída) + escarola + salada de vagem com tomate + melancia	CHO	101 g	CHO	85 g
14:00H/14:30H	L Leite com cacau + banana picada	Suco de maçã integral + salada de frutas (kiwi, maçã e laranja)	Suco de morango + tortia de frango com legumes	L Leite com banana + pão de queijo com polvilho	Suco de abacaxi natural + panqueca de queijo + bolo de banana sem açúcar	PTN	19 g	PTN	18 g
16:00H/16:30H	Purê de batatas + Frango ao molho + couve refogada + salada de vagem com tomate	Arroz carreteiro (cenoura, batata, carne iscas, ervilha) + espinafre + salada de tomate + laranja	Canta (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	LIP	9 g	LIP	11 g
						CALCIO	311 Mg	CALCIO	132 Mg
						FERRO	3 Mg	FERRO	4 Mg
						VITAMINA A	246 Mcg	VITAMINA A	207 Mcg
						VITAMINA C	61 Mg	VITAMINA C	85 Mg

CMEI

Observações:

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 Consenso de Carvalho
Mat Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO Nº1102

Elaine Cristina Costa Siqueira
CRN 2 6043
Coordenadora Operacional

Lucy de Jesus
Ribeiro
CRN 15644