

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

APLV

	SEGUNDA 21/6/2025	TERÇA 3/6/2025	QUARTA 4/6/2025	QUINTA 5/6/2025	SEXTA 6/6/2025	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
Desjejum 7:30H/8:00H	Mingau de (aveia sem leite) com banana e leite vegetal	Vitamina de frutas de banana e abacate com leite vegetal e aveia sem leite + biscoito de polvilho sem leite	Suco de abacaxi natural + ovos mexidos + maçã	logurite vegano com morango e banana batido	Suco de uva integral + panqueca de queijo vegano sem leite	KCAL 650 Kcal CHO 101 g	KCAL 610 Kcal CHO 101 g
Almogo 10:30H/11:00H	Arroz, Feijão preto, Frango assado (sobrecoxa), milho e cenoura refogados + rúcula + portkan	Arroz, Feijão carioca, Carne ao molho, pião de carne + salada de beterraba	Arroz integral, Feijão preto, Frango (sassam) ao molho, salada de alface + melão	Arroz, Feijão carioca, Carne moída ao molho, polenta + rúcula + salada de cenoura + melancia	Arroz, Feijão preto, Omelete assado + espinafre + legumes refogados (cenoura e abobrinha) + caqui	PTN 25 g LIP 18 g	PTN 22 g LIP 15 g
Lanche 14:00H/14:30H	Suco de uva integral + panqueca de queijo vegano sem leite	logurite vegano com morango e banana batido	Suco de maracujá + torta de frango com legumes sem leite	Vitamina de frutas de banana e abacate com leite vegetal e aveia sem leite + biscoito de polvilho sem leite	Mingau de (aveia sem leite) com banana e leite vegetal	CALCIO 506 Mg FERRO 5 Mg	CALCIO 496 Mg FERRO 7 Mg
Jantar 16:00H/16:30H	Sopa de feijão (batata, mandioca, carne, cenoura) + couve + maçã	Polenta + Frango ao molho + salada de alface + caqui	Purê de batatas sem leite + Carne moída ao molho + escarola + salada de tomate + melancia	Arroz com brócolis + Frango ao molho + abóbora refogada + melão	Macarrão com carne moída + chuchu e cenoura refogados + brócolis + portkan	VITAMINA A 563 Mg VITAMINA C 52 Mg	VITAMINA A 513 Mg VITAMINA C 50 Mg
	SEGUNDA 9/6/2025	TERÇA 10/6/2025	QUARTA 11/6/2025	QUINTA 12/6/2025	SEXTA 13/6/2025	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
Desjejum 7:30H/8:00H	Chá erva doce/cidreira + biscoito de polvilho sem leite + banana	Leite vegetal com morango + panqueca sem leite de banana com aveia sem leite	Suco de maracujá + torta de frango com legumes sem leite	Suco de maçã integral + salada de frutas (melão, manga e morango)	Leite vegetal com banana + Pão de queijo vegano	KCAL 651 Kcal CHO 115 g	KCAL 511 Kcal CHO 100 g
Almogo 10:30H/11:00H	Arroz, Feijão com cubos de carne bovina + farofa de cenoura + couve + laranja	Arroz colíndro, Feijão preto, Peixe ao molho, Pião do molho de peixe + salada de alface	Arroz, Feijão carioca, Carne moída ao molho, purê de batata sem leite + salada de brócolis + melão	Arroz, Feijão preto, Frango ao molho com legumes (cenoura e mandioca) + rúcula + salada de repolho + melancia	Arroz, Feijão preto, Ovos mexidos + couve + abóbora refogada + mamão	PTN 25 g LIP 18 g	PTN 21 g LIP 15 g
Lanche 14:00H/14:30H	Leite vegetal com banana + Pão de queijo vegano	Suco de maçã integral + salada de frutas (melão, manga e morango)	Suco de abacaxi natural + ovos mexidos + mamão	Leite vegetal com morango + panqueca sem leite de banana com aveia sem leite	Chá erva doce/cidreira + biscoito de polvilho sem leite + banana	CALCIO 563 Mg FERRO 5 Mg	CALCIO 320 Mg FERRO 7 Mg
Jantar 16:00H/16:30H	Purê de batatas sem leite + Frango ao molho + couve refogada + salada de cenoura	Arroz com cenoura + Carne moída ao molho + abobrinha refogada + portkan	Sopa de frango + mandioca + beterraba + abobrinha + espinafre + melancia	Polenta + Almondões ao molho + brócolis + salada de beterraba + laranja	Macarrão com frango + abobrinha e cenoura refogados + brócolis + melão	VITAMINA A 506 Mg VITAMINA C 65 Mg	VITAMINA A 511 Mg VITAMINA C 61 Mg
	SEGUNDA 16/6/2025	TERÇA 17/6/2025	QUARTA 18/6/2025	QUINTA 19/6/2025	SEXTA 20/6/2025	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
Desjejum 7:30H/8:00H	Leite vegetal com banana + tapioca de coco com leite vegetal	Suco de maçã integral + salada de frutas (melão, mamão, laranja)	Suco integral de uva + Pinhão + pizza de tapioca com queijo vegano + Bolo sem açúcar e sem leite	Suco integral de uva + Pinhão + pizza de tapioca com queijo vegano + Bolo sem açúcar e sem leite		KCAL 687 Kcal CHO 110 g	KCAL 601 Kcal CHO 132 g
Almogo 10:30H/11:00H	Arroz integral, Feijão preto, Sobrecoca ao molho com cenoura + salada de brócolis + melancia	Arroz, feijão carioca, Carne moída com legumes (cenoura e chuchu) + agrião + salada alface + portkan	Macarrão parafuso + Frango ao molho desfiado + espinafre + salada de beterraba + banana			PTN 22 g LIP 18 g	PTN 25 g LIP 19 g
Lanche 14:00H/14:30H	Suco de maçã integral + salada de frutas (melão, mamão, laranja)	Leite vegetal com banana + tapioca de coco com leite vegetal	Suco integral de uva + Pinhão + pizza de tapioca com queijo vegano + Bolo sem açúcar e sem leite			CALCIO 463 Mg FERRO 7 Mg	CALCIO 512 Mg FERRO 7 Mg
Jantar 16:00H/16:30H	Arroz carreteiro (cenoura, batata, carne iscas, ervilha) + espinafre + salada de repolho com tomate	Risoto de frango (batata, cenoura, frango, milho) + rúcula + salada de beterraba + melancia	Polenta + Carne moída ao molho + salada de alface + portkan			VITAMINA A 509 Mg VITAMINA C 64 Mg	VITAMINA A 409 Mg VITAMINA C 61 Mg

Observações: Biscoitos, farinhas, cereais (aveia), laticínios sem traços de leite. Utilizar leite vegetal.

CMEI

ALUNO

Patricia dos Santos Alves Garcia

Ligia Márcia Toledo Faria Vicente

Camille Consentino de Carvalho

Mat. Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO Nº 1781

Mat. Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO Nº 2321

Mat. Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO Nº 1102

26/6/25
Liliane Geronzi Saldia
Coordenadora Operacional

Letícia de Souza
Nutricionista
CRN 15644

APLV

	SEGUNDA 23/6/2025	TERÇA 24/6/2025	QUARTA 25/6/2025	QUINTA 26/6/2025	SEXTA 27/6/2025	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
Desjejum 7:30H/8:00H	Vitamina de frutas de banana e mamão com leite vegetal e aveia sem leite + biscoito de polvilho sem leite	Iogurte vegano com morango e banana batido	Suco de uva integral + panqueca colorida de couve sem leite com carne	Leite vegetal com banana + Pão de queijo vegano	Suco de abacaxi natural + ovos mexidos + Bolo sem açúcar e sem leite	KCAL 635 Kcal	KCAL 652 Kcal
Almôgo 10:30H/11:00H	Arroz, Feijão carioca, Batedo, farofa de banana da terra + couve + salada cebola com tomate + laranja	Arroz, Feijão preto, Frango (sassami) grelhado, salada de acelga + maçã	Arroz colorido, Feijão carioca, Peixe ao molho, Pão de queijo de peixe + salada de alface	Arroz, Feijão preto, Frango ao molho, jardineira de legumes (abobrinha, cenoura e brócolis) + <u>caqui</u>	Macarão com molho de carne moída + escarola + salada de beterraba + <u>melancia</u>	PTN 23 9 PTN 20 9 LIP 18 9 LIP 17 9	PTN 20 9 LIP 17 9
Lanche 14:00H/14:30H	Suco de uva integral + panqueca colorida de couve sem leite com carne	Leite vegetal com banana + Pão de queijo vegano	Vitamina de frutas de banana e mamão com leite vegetal e aveia sem leite + biscoito de polvilho sem leite	Iogurte vegano com morango e banana batido	Suco de abacaxi natural + ovos mexidos + Bolo sem açúcar e sem leite	CALCIO 512 Mg CALCIO 410 Mg FERRO 6 Mg FERRO 6 Mg	CALCIO 410 Mg FERRO 6 Mg
Jantar 16:00H/16:30H	Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata) + couve + maçã	Polenta + Almondões ao molho + brócolis + salada de beterraba	Purê de batatas sem leite + Frango ao molho + couve refogada + salada de tomate	Risoto de carne (batata, cenoura, carne moída, ervilha) + rúcula + salada de cenoura + melancia	Arroz com brócolis + Frango ao molho + abóbora refogada + <u>caqui</u>	VITAMINA A 503 Mg VITAMINA A 563 Mg VITAMINA C 48 Mg VITAMINA C 45 Mg	VITAMINA A 563 Mg VITAMINA C 45 Mg
SEGUNDA 30/6/2025						MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
Desjejum 7:30H/8:00H	Suco de abacaxi natural + pizza de tapioca com queijo vegano + maçã					KCAL 526 Kcal	KCAL 511 Kcal
Almôgo 10:30H/11:00H	Risoto de frango (batata, cenoura, frango) + escarola + salada de tomate + melão					CHO 98 9 CHO 92 9 PTN 17 9 PTN 17 9 LIP 10 9 LIP 10 9	CHO 92 9 PTN 17 9 LIP 10 9
Lanche 14:00H/14:30H	Creme de banana + abacate + leite vegetal + banana picada					CALCIO 216 Mg CALCIO 111 Mg FERRO 2 Mg FERRO 3 Mg VITAMINA A 126 Mg VITAMINA A 269 Mg VITAMINA C 55 Mg VITAMINA C 48 Mg	CALCIO 111 Mg FERRO 3 Mg VITAMINA A 269 Mg VITAMINA C 48 Mg
Jantar 16:00H/16:30H	Arroz carreteiro (cenoura, batata, carne iscas, ervilha) + espinafre + salada de repolho com tomate						

Observações: Biscoitos, farinhas, cereais (aveia), laticínios sem traços de leite. Utilizar leite vegetal.

CMEI

ALUNO

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

Ligia Márcia Toledo Faria Vicente
Mat Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO Nº2321

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

Ediane Cunha dos Santos
CRN 8º REGIÃO Nº15544

Luiz de Jesus
CRN 15544