

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



SEM LACTOSE

	SEGUNDA 26/6/2025	TERÇA 30/6/2025	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 com banana com leite sem lactose	Vitamina de frutas de banana e abacate com leite sem lactose e aveia sem lactose + biscoito de polvilho sem lactose	Suco de abacaxi natural + ovos mexidos + maçã	Ingurte sem lactose com morango e banana batido	Suco de uva integral + panqueca de queijo sem lactose	KCAL 650 Kcal CHO 99 g PTN 25 g LIP 15 g	KCAL 601 Kcal CHO 100 g PTN 21 g LIP 15 g
Almoco 10:30H/11:00H	Arroz, Feijão preto, Frango assado (sobrecoxa), milho e cenoura refogados + rúcula + ponkan	Arroz, Feijão carioca, Carne ao molho, pirão de carne + salada de beterraba	Arroz integral, Feijão preto, Frango (salsinha) 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	CALCIO 502 Mg FERRO 5 Mg LIP 15 g	CALCIO 496 Mg FERRO 6 Mg LIP 15 g
Lanche 14:00H/14:30H	Suco de uva integral + panqueca de queijo sem lactose	Ingurte sem lactose com morango e banana batido	Suco de maracujá + lorta de frango com legumes sem lactose	Vitamina de frutas de banana e abacate com leite sem lactose e aveia sem lactose + biscoito de polvilho sem lactose	Mingau de aveia com banana com leite sem lactose	VITAMINA A 504 Mcg VITAMINA C 49 Mg	VITAMINA A 421 Mcg VITAMINA C 50 Mg
Jantar 16:00H/16:30H	Sopa de feijão (batata, mandiquinha, 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 + abobora refogada + melão	Macarrão com carne moída + chuchu e cenoura refogados + brócolis + ponkan	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
	SEGUNDA 9/6/2025	TERÇA 10/6/2025	QUARTA 11/6/2025	QUINTA 12/6/2025	SEXTA 13/6/2025	KCAL 648 Kcal CHO 102 g PTN 22 g LIP 17 g	KCAL 546 Kcal CHO 115 g PTN 26 g LIP 20 g
Desjejum 7:30H/8:00H	Chá erva doce/cidreira + biscoito de polvilho sem lactose + banana	Leite sem lactose com morango + panqueca sem lactose de banana com aveia sem lactose	Suco de maracujá + lorta de frango com legumes sem lactose	Suco de maçã integral + salada de frutas (melão, manga e morango)	Leite sem lactose com banana + Pão de queijo vegano	CALCIO 408 Mg FERRO 6 Mg VITAMINA A 605 Mcg VITAMINA C 75 Mg	CALCIO 506 Mg FERRO 6 Mg VITAMINA A 584 Mcg VITAMINA C 59 Mg
Almoco 10:30H/11:00H	Arroz, Feijão com cubos de carne bovina + farofa de cenoura + couve + laranja	Arroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho, Pirão 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 carioca, Ovos mexidos + couve + abobora refogada + <u>mandi</u>		
Lanche 14:00H/14:30H	Leite sem lactose 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 sem lactose com morango + panqueca sem lactose de banana com aveia sem lactose	Chá erva doce/cidreira + biscoito de polvilho sem lactose + banana		
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 + <u>ponkan</u>	Sopa de frango + mandioca + beterraba + abobrinha + espinafre + <u>melancia</u>	Polenta + Almondôgas ao molho + brócolis + salada de beterraba + laranja	Macarrão com frango + abobrinha e cenoura refogados + brócolis + melão		
	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 sem lactose com banana + tapioca de coco com leite sem lactose	Suco de maçã integral + salada de frutas (melão, mamão, laranja)	Suco integral de uva + Pão de queijo de tapioca com queijo sem lactose + Bolo de banana sem açúcar e sem lactose	Suco integral de uva + Pão de queijo de tapioca com queijo sem lactose + Bolo de banana sem açúcar e sem lactose		KCAL 601 Kcal CHO 132 g PTN 25 g LIP 19 g	KCAL 587 Kcal CHO 110 g PTN 22 g LIP 18 g
Almoco 10:30H/11:00H	Arroz integral, Feijão preto, Sobrecoxa ao molho com cenoura + salada de brócolis + melancia	Arroz, feijão carioca, Carne moída com legumes (cenoura e chuchu) + agnã + salada alface + <u>ponkan</u>	Macarrão parafuso + Frango ao molho desfiado + espinafre + salada de beterraba + banana	Suco integral de uva + Pão de queijo de tapioca com queijo sem lactose + Bolo de banana sem açúcar e sem lactose		CALCIO 512 Mg FERRO 7 Mg LIP 19 g	CALCIO 463 Mg FERRO 7 Mg LIP 18 g
Lanche 14:00H/14:30H	Suco de maçã integral + salada de frutas (melão, mamão, laranja)	Leite sem lactose com banana + tapioca de coco com leite sem lactose	Suco integral de uva + Pão de queijo de tapioca com queijo sem lactose + Bolo de banana sem açúcar e sem lactose	Suco integral de uva + Pão de queijo de tapioca com queijo sem lactose + Bolo de banana sem açúcar e sem lactose		VITAMINA A 409 Mcg VITAMINA C 61 Mg	VITAMINA A 509 Mcg VITAMINA C 64 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 + ponkan				

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

ALUNO

Patrícia 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

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

Márcia Costa Costa Baidão
CRN 15644

Letícia de Almeida
CRN 15644



SEM LACTOSE

	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 sem lactose e aveia sem lactose + biscoito de polvilho sem lactose	iogurte sem lactose com morango e banana batido	Suco de uva integral + panqueca colorida de couve sem lactose com carne	Leite sem lactose com banana + Pão de queijo vegano	Suco de abacaxi natural + ovos mexidos + Bolo de banana sem açúcar e sem lactose	KCAL 610 CHO 110 g	KCAL 551 CHO 99 g
Almoco 10:30H/11:00H	Arroz, Feijão carioca, Barreado, 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, Pião do molho de peixe + salada de alface	Arroz, Feijão preto, Frango ao molho, jardineira de legumes (abobrinha, cenoura e brócolis) + caqui	Macarrão com molho de carne moída + escarola + salada de beterraba + melancia	PTN 26 g LIP 19 g	PTN 20 g LIP 20 g
Lanche 14:00H/14:30H	Suco de uva integral + panqueca colorida de couve sem lactose com carne	Leite sem lactose com banana + Pão de queijo vegano	Vitamina de frutas de banana e mamão com leite sem lactose e aveia sem lactose + biscoito de polvilho sem lactose	iogurte sem lactose com morango e banana batido	Suco de abacaxi natural + ovos mexidos + Bolo de banana sem açúcar e sem lactose	CALCIO 596 Mg FERRO 6 Mg	CALCIO 411 Mg FERRO 6 Mg
Jantar 16:00H/16:30H	Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata) + couve + maçã	Poleenta + Almôndegas 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) + ricola + salada de cenoura + melancia	Arroz com brócolis + Frango ao molho + abóbora refogada + caqui	VITAMINA A 597 Mcg VITAMINA C 60 Mg	VITAMINA A 596 Mcg VITAMINA C 48 Mg
SEGUNDA 30/6/2025							
Desjejum 7:30H/8:00H	Suco de abacaxi natural + pizza de tapioca com queijo sem lactose + maçã					KCAL 592 CHO 98 g	KCAL 512 CHO 93 g
Almoco 10:30H/11:00H	Risoto de frango (batata, cenoura, frango) + escarola + salada de tomate + melão					PTN 15 g LIP 10 g	PTN 17 g LIP 10 g
Lanche 14:00H/14:30H	Creme de banana + abacate + leite sem lactose + banana picada					CALCIO 263 Mg FERRO 2 Mg	CALCIO 154 Mg FERRO 3 Mg
Jantar 16:00H/16:30H	Arroz carreteiro (cenoura, batata, carne iscas, ervilha) + espinafre + salada de repolho com tomate					VITAMINA A 214 Mcg VITAMINA C 55 Mg	VITAMINA A 236 Mcg VITAMINA C 74 Mg

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

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

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

Leiliane Ceresia Costa Gusella
CRN 2.6101
Coordenação Operacional

Leite de soja sem lactose
filtrado
CRN 15644