

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

APLV

		TERÇA		QUARTA		QUINTA		SEXTA		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE			
		11/7/2025		21/7/2025		31/7/2025		41/7/2025							
Desjejum 7:30H/8:00H		Lente vegetal com morango + panqueca de banana com aveia sem leite	Arroz integral, Feijão preto, Carne bovina ao molho com mandioca + salada de alface + maçã	Arroz, Feijão carioca, Frango assado (sobrecoxa) + milho e cenoura refogados + rúcula + pontkan	Suco de uva integral + panqueca colorida de beterraba sem leite com recheio de frango	Suco de abacaxi natural + pizza de tapioca com queijo vegano + melão	Arroz, Feijão preto, Carne moída ao molho (sobrecoxa) + milho e cenoura refogados + rúcula + pontkan	Arroz, Feijão preto, Carne moída ao molho com legumes (abobrinha e cenoura) + agrião + salada de brocolis + caqui	Suco de uva integral + panqueca colorida de beterraba sem leite com recheio de frango	KCAL	650	Kcal	KCAL	610	Kcal
										CHO	101	g	CHO	101	g
										PTN	25	g	PTN	22	g
										LIP	18	g	LIP	15	g
Lanche 13:30H/14:00H		Suco de uva integral + panqueca colorida de beterraba sem leite com recheio de frango	Polenta com almondegas ao molho + brócolis + salada de beterraba + maçã	Sopa de frango + mandioca+ beterraba + abobrinha + espinafre + melancia	Lente vegetal com banana + pão de queijo vegano	Lente vegetal com morango + panqueca de banana com aveia sem leite	Macarrão com carne moída + Legumes refogados (cenoura e chuchu) + brócolis + caqui	CALCIO	506	Mg	CALCIO	496	Mg		
								FERRO	5	Mg	FERRO	7	Mg		
								VITAMINA A	563	Mcg	VITAMINA A	513	Mcg		
								VITAMINA C	52	Mg	VITAMINA C	50	Mg		
SEGUNDA		7/7/2025		9/7/2025		10/7/2025		11/7/2025		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE			
Desjejum 7:30H/8:00H									KCAL		Kcal	KCAL		Kcal	
									CHO	9		CHO		9	
									PTN	9		PTN		9	
									LIP	9		LIP		9	
Almôço 10:30H/1:00H									CALCIO		Mg	CALCIO		Mg	
									FERRO		Mg	FERRO		Mg	
									VITAMINA A		Mcg	VITAMINA A		Mcg	
									VITAMINA C		Mg	VITAMINA C		Mg	
Lanche 13:30H/14:00H									KCAL		Kcal	KCAL		Kcal	
									CHO	9		CHO		9	
									PTN	9		PTN		9	
									LIP	9		LIP		9	
Jantar 16:00H/16:30H									CALCIO		Mg	CALCIO		Mg	
									FERRO		Mg	FERRO		Mg	
									VITAMINA A		Mcg	VITAMINA A		Mcg	
									VITAMINA C		Mg	VITAMINA C		Mg	
SEGUNDA		14/7/2025		15/7/2025		16/7/2025		17/7/2025		18/7/2025					
Desjejum 7:30H/8:00H										MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE			
										KCAL		Kcal	KCAL		Kcal
										CHO	9		CHO		9
										PTN	9		PTN		9
Almôço 10:30H/1:00H										CALCIO	9	Mg	CALCIO	9	Mg
										FERRO		Mg	FERRO		Mg
										VITAMINA A		Mcg	VITAMINA A		Mcg
										VITAMINA C		Mg	VITAMINA C		Mg
Lanche 13:30H/14:00H										CALCIO	9	Mg	CALCIO	9	Mg
										FERRO		Mg	FERRO		Mg
										VITAMINA A		Mcg	VITAMINA A		Mcg
										VITAMINA C		Mg	VITAMINA C		Mg
Jantar 16:00H/16:30H										CALCIO	9	Mg	CALCIO	9	Mg
										FERRO		Mg	FERRO		Mg
										VITAMINA A		Mcg	VITAMINA A		Mcg
										VITAMINA C		Mg	VITAMINA C		Mg
RECESSO															

APLV

	SEGUNDA 21/7/2025	TERÇA 22/7/2025	QUARTA 23/7/2025	QUINTA 24/7/2025	SEXTA 25/7/2025	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
Desjejum 7:30H/8:00H		Suco maçã integral + salada de frutas (manga, melão e morango)	Iogurte natural vegano com morango e banana batido	Suco integral de uva + panqueca sem leite com queijo vegano	Suco de maracujá + ovos mexidos + Bolo sem açúcar e sem leite	KCAL 635 Kcal CHO 114 g	KCAL 652 Kcal CHO 98 g
Almoco 10:30H/1:00H	RECESSO	Arroz colorido, Feijão carioca, Peixe ao molho, Pão de molho de peixe + salada de alface	Arroz, Feijão preto, Carne bovina ao molho, Pão de carne + salada de beterraba + pontkan	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho, farofinha de legumes (brócolis, cenoura e couve flo) + casqui	Macarão com molho de carne moída + escarola + salada de cenoura + melão	PTN 23 g LIP 18 g	PTN 20 g LIP 17 g
Lanche 13:30H/14:00H		Chá erva doce/cidreira + biscoito de polvilho sem leite + mamão	Suco maçã integral + salada de frutas (manga, melão e morango)	Iogurte natural vegano com morango e banana batido	Suco de maracujá + ovos mexidos + Bolo sem açúcar e sem leite	CALCIO 512 Mg FERRO 6 Mg	CALCIO 410 Mg FERRO 6 Mg
Jantar 16:00H/16:30H		Arroz com brócolis + Carne moída ao molho + abobrinha refogada + melão	Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata) + couve	Arroz, carreteiro (cenoura, batata, carne iscas, ervilha) + salada de tomate com pepino + pontkan	Poleenta + Frango ao molho desfiado, salada de azeite + casqui	VITAMINA A 503 Mcg VITAMINA C 48 Mg	VITAMINA A 553 Mcg VITAMINA C 45 Mg
	SEGUNDA 28/7/2025	TERÇA 29/7/2025	QUARTA 30/7/2025	QUINTA 31/7/2025		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
Desjejum 7:30H/8:00H	Chá erva doce/cidreira + biscoito de polvilho sem leite + mamão		Vitamina de frutas de banana e abacate com leite vegetal e aveia sem leite + biscoito de polvilho sem leite	Suco de acerola + leite de frango com legumes sem leite com aveia sem leite		KCAL 526 Kcal CHO 98 g	KCAL 511 Kcal CHO 92 g
Almoco 10:30H/1:00H	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho com legumes (batata e cenoura) + rúcula + salada de azeite com tomate + melancia	FÉRIADO	Arroz, Feijão carioca, Frango (salsami) ao molho, salada de alface + mamão	Arroz, Feijão preto, Barreado, Farofa de banana da terra + couve + salada de tomate e cebola + laranja		PTN 17 g LIP 10 g	PTN 17 g LIP 10 g
Lanche 13:30H/14:00H	Suco de acerola + leite de frango com legumes sem leite com aveia sem leite		Leite vegetal com banana + tapioca de coco com leite vegetal	Vitamina de frutas de banana e abacate com leite vegetal e aveia sem leite + biscoito de polvilho sem leite		CALCIO 216 Mg FERRO 2 Mg	CALCIO 111 Mg FERRO 3 Mg
Jantar 16:00H/16:30H	Sopa de feijão (batata, mandioquinha, carne, cenoura) + couve + laranja		Poleenta + Carne moída ao molho + salada de azeite + melancia	Arroz com cenoura + Frango ao molho + abóbora refogada + mamão		VITAMINA A 126 Mcg VITAMINA C 55 Mg	VITAMINA A 289 Mcg VITAMINA C 48 Mg

CMEI

ALUNO

Partícia dos Santos Alves Garcia
Matr Funcional nº 7893 CRN 8 REGIÃO Nº 1781

Ligia Marcia Toledo Para Vicente
Matr Funcional nº 11146 CRN 8 REGIÃO
Nº 2321

Camile Consentino de Carvalho
Matr Funcional nº 7894 CRN 8 REGIÃO Nº 1102

Letícia Corina Costa Bordin
CRN 15644
Coordenadora Operacional

Letícia Corina Costa Bordin
CRN 15644