



CMEI / CEI DE 13 MESES A 2 ANOS E 11 MESES – CARDÁPIO JUNHO/2026



APLV + SEM OVO

Dia	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
						KCAL	Kcal	KCAL	Kcal
Desjejum 7:30H/8:00H	Lente vegetal com cacau 100% + biscoito de polvilho sem leite e sem ovo + maçã	Suco de maçã integral + salada de frutas (maçã mamão, laranja)	Suco de uva integral + panqueca colorida de couve sem leite e sem ovo + recheio carne	4/6/2026	6/6/2026	652	9	600	9
Almoço 10:30H/11:00H	Arroz, Feijão preto, Carne ao molho, pito de carne + couve + salada de cenoura	Arroz, Feijão carioca, Frango (assado) ao molho, salada de alface + banana	Arroz, Feijão preto, Carne moída ao molho + couve + abóbora refogada + melancia	FERRADO		25	9	22	9
Lanche 13:30H/14:00H	Suco de maçã integral + salada de frutas (maçã mamão, laranja)	Lente vegetal com cacau 100% + biscoito de polvilho sem leite e sem ovo + maçã	Suco de abacaxi natural + tapioca de queijo vegano + mamão			18	9	15	9
Jantar 16:30H/16:00H	Polenta + Frango ao molho + salada de acelga + banana	Risoto de carne (batata, cenoura, carne moída, ervilha) + ricula + salada de beterraba + melancia	Arroz com brócolis + FEIJOÃO CARIOCA + Frango ao molho + agrião + abóbora refogada	RECESSO		501	Mg	463	Mg
Desjejum 7:30H/8:00H	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA			QUINTA	SEXTA	50	Mg
Desjejum 7:30H/8:00H	16/6/2026	9/6/2026	10/6/2026	11/6/2026	12/6/2026	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
Almoço 10:30H/11:00H	10g urte vegano com morango e banana batido + biscoito de polvilho sem leite e sem ovo	Lente vegetal com banana + bolo sem açúcar, sem leite e sem ovo	Suco de manga + panqueca sem leite e sem ovo com frango desfiado ao molho	Suco de abacaxi natural + tapioca com queijo vegano + mamão	Suco de maçã integral + salada de frutas (maçã, manga e morango)	651	9	601	9
Lanche 13:30H/14:00H	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho com legumes (cenoura e batata) + ricula + salada de pepino com tomate + ponkan	Arroz, Feijão preto, Carne moída ao molho, polenta + ricula + salada de pepino com tomate + ponkan	Arroz colorido, Feijão carioca, Peixe ao molho, Pito de molho de peixe + salada de alface	Arroz, Feijão preto, Barreado, farofa de banana de terra + couve + salada de tomate e cebola + laranja	Arroz + Frango ao molho com legumes (batata, cenoura, milho) + escarola + salada de beterraba + melão	23	9	22	9
Jantar 16:30H/16:00H	Arroz, carneiro (batata, cenoura, carne iscas, ervilha) + espinafre + salada de pepino com tomate + ponkan	Macarrão sem ovo com frango + legumes refogados (brócolis e cenoura) + caqui	Risoto de carne (batata, cenoura, carne moída, ervilha) + ricula + salada de repolho com tomate + melão	Batata refogada + Frango ao molho + couve refogada + salada de alface + maçã	Sopa de Feijão (batata, mandiocquinha, carne, cenoura) + couve + laranja	18	9	10	9
Desjejum 7:30H/8:00H	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	399	Mg	402	Mg
Desjejum 7:30H/8:00H	15/6/2026	16/6/2026	17/6/2026	18/6/2026	19/6/2026	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
Almoço 10:30H/11:00H	Chá erva doce/cidreira + biscoito de polvilho sem leite e sem ovo + banana	Suco de abacaxi natural + tapioca de queijo vegano + mamão	Vitaminas de frutas (tangerina e abacaxi) com leite vegetal e aveia sem leite e sem ovo + biscoito de polvilho sem leite e sem ovo	Lente vegetal com morango + panqueca sem leite e sem ovo de banana com aveia sem leite e sem ovo	Suco integral de uva + Feijão + Ovo mexido + Bolo sem açúcar, sem leite e sem ovo com cacau 100%	651	9	555	9
Lanche 13:30H/14:00H	Arroz, Feijão preto, Carne bovina ao molho com mandioca + salada de alface + melão	Arroz, Feijão carioca, Sobrecoca ao molho com cenoura + salada de brócolis + maçã	Arroz integral, Feijão preto, Carne moída ao molho, salada de acelga + ponkan	Arroz, Feijão preto, Frango ao molho, Jandireira de legumes (abobrinha, cenoura e brócolis) + caqui	Macarrão sem ovo com molho de carne moída + escarola + salada de acelga + melancia	102	9	96	9
Jantar 16:30H/16:00H	Batata refogada + Frango ao molho + couve refogada + salada de acelga + ponkan	Lente vegetal com morango + panqueca sem leite e sem ovo de banana com aveia sem leite e sem ovo	Suco de manga + panqueca sem leite e sem ovo com frango desfiado ao molho	Chá erva doce/cidreira + biscoito de polvilho sem leite e sem ovo + banana	Sopa de frango + mandioca + beterraba + abobrinha + espinafre + caqui	22	9	18	9
Desjejum 7:30H/8:00H	ALMOÇO	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	415	Mg	403	Mg
Lanche 13:30H/14:00H	Arroz, Feijão preto, Carne bovina ao molho com mandioca + salada de alface + melão	Arroz, Feijão preto, Carne moída ao molho + couve + abóbora refogada + melancia	Arroz com cenoura + FEIJOÃO CARIOCA + Frango ao molho + agrião + abóbora refogada + melão	Suco integral de uva + Feijão + Ovo mexido + Bolo sem açúcar, sem leite e sem ovo com cacau 100%	Sopa de frango + mandioca + beterraba + abobrinha + espinafre + caqui	5	Mg	6	Mg
Jantar 16:30H/16:00H	ALMOÇO	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	452	Mg	403	Mg
Desjejum 7:30H/8:00H	ALMOÇO	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	59	Mg	60	Mg

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

CMEI

ALUNO

Patricia dos Santos Alves Garcia
Mau Funcional nº 7595 CRN 8º REGIÃO N°1781

Ligia Marica Toledo Faria Vicente
Mau Funcional nº 11140 CRN 8º REGIÃO N°7721

Camile Consuelo de Carvalho
Mau Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO N°1102

Lado de Força e Força Brasileira
Cidade de Curitiba - Paraná

Clube de Regatas Associação
Paracatubá
CNPJ 15.544



CMEI / CEI DE 13 MESES A 2 ANOS E 11 MESES – CARDÁPIO JUNHO/2026



APLV + SEMI OVO

Dia	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
						KCAL	Kcal	KCAL	Kcal
Desjejum 7:30H/8:00H	Vitamina de frutas (banana e mamão) com leite vegetal e aveia sem leite + biscoito de polvilho sem leite e sem ovo	Leite vegetal com banana + Pão de queijo vegano	Suco de uva integral + panqueca sem leite e sem ovo de queijo vegano	iogurte vegano com morango e banana batido + biscoito de polvilho sem leite e sem ovo	Suco de maracujá + panqueca de frango desfiado ao molho sem leite e sem ovo + Bolo sem açúcar, sem leite e sem ovo	612	9	650	9
Almoço 10:30H/1:00H	Arroz, Feijão caraca, Frango (sassam) grelhado, salada de acelga + mamão	Arroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho, Pão de queijo de alicha + salada de alicha	Arroz, Feijão caraca, Frango ao molho + espinafre + legumes refogados (cenoura e abobrinha) + maçã	Arroz, Feijoadá com cubos de carne bovina + farofa de cenoura + couve + laranja	Macarão sem ovo parafuso + Frango ao molho desfiado + espinafre + salada de cenoura + melancia	26	9	20	9
Lanche 13:30H/14:00H	Suco de uva integral + panqueca sem leite e sem ovo de queijo vegano	Arroz, Frango ao molho com legumes (batata, cenoura, milho) + rúcula + salada de tomate + maçã	Batata refogada + Carne moída ao molho + escarola + salada de beterraba + mamão	Leite vegetal com banana + Pão de queijo vegano	Suco de maracujá + panqueca de frango desfiado ao molho sem leite e sem ovo + Bolo sem açúcar, sem leite e sem ovo	496	6	506	5
Jantar 15:30H/16:00H	Potencia + Carne moída ao molho + salada de alicha	Arroz, Frango ao molho com legumes (batata, cenoura, milho) + rúcula + salada de tomate + maçã	Batata refogada + Carne moída ao molho + escarola + salada de beterraba + mamão	Arroz, Feijoadá com banana + Pão de queijo vegano	Arroz carrelato (cenoura, batata, carne iscas, ervilha) + espinafre + FEIJÃO PRETO + salada de acelga + laranja	540	60	506	72
	SEGUNDA	TERÇA				60	Mg	VITAMINA C	72
	29/6/2026	30/6/2026							
Desjejum 7:30H/8:00H	Mingau de aveia sem leite e sem ovo com leite vegetal com banana + MAÇÃ	Suco de uva integral + panqueca sem leite e sem ovo de queijo vegano							
Almoço 10:30H/1:00H	Arroz, Feijão preto, Carne moída ao molho, batata refogada + salada de brócolis + melancia	Arroz, Feijão caraca, Frango assado (sobrecoxa) + mandioca refogada + rúcula + caqui							
Lanche 13:30H/14:00H	Suco de uva integral + panqueca sem leite e sem ovo de queijo vegano	Mingau de aveia sem leite e sem ovo com leite vegetal com banana + MAÇÃ							
Jantar 15:30H/16:00H	Potencia + Frango ao molho + salada de acelga + caqui	Arroz com brócolis + Carne moída ao molho + agrião + abobrinha refogada + melancia							

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

CMEI

ALUNO

Patrícia dos Santos Alves Garcia
Mat. Funcional nº 7993 CEN. Sº REGIÃO Nº1781

Ligia Marcin Pereira Tava Vicente
Mat. Funcional nº 1116 CEN. Sº REGIÃO Nº931

Camile Consolino de Carvalho
Mat. Funcional nº 7894 CEN. Sº REGIÃO Nº1102

Ediane Castro Gons Bulhões
CEN. Sº REGIÃO Nº1564

Isa de Jesus Rodrigues
CEN. Sº REGIÃO Nº1564