



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



SEM LACTOSE

		TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
		19/2026	20/2026	21/2026	22/2026	KCAL 650 CHO 99 PTN 25 LP 15	KCAL 501 CHO 100 PTN 21 LP 15
Desjejum 7:30H/8:00H		Leite sem lactose com banana e aveia sem lactose + manga picada + biscoito de polvilho sem lactose	Suco de maçã integral + salada de frutas (banana, manga e morango) com aveia sem lactose	Suco de pêssego integral + toria de frango com legumes sem lactose	Leite sem lactose com morango + bolo de maçã sem açúcar (Bolo padrão sem lactose)		
Almoco 10:30H/11:00H		Arroz, Feijão preto, Barreado, farofa de banana da terra + couve + salada tomale e cebola + laranja	Arroz, Feijão carioca, Frango assado (sobrecoxa) + batata refogada + rúcula + maçã	Arroz, Feijão preto, Carne bovina ao molho com mandiocas e salada de alface + melancia	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho, jardineira de legumes (cenoura, batata e brócolis) + melão	PTN 25 LP 15	PTN 21 LP 15
Lanche 13:30H/14:00H		Leite sem lactose com morango + bolo de maçã sem açúcar (Bolo padrão sem lactose)	Suco de pêssego integral + toria de frango com legumes sem lactose	Suco de maçã integral + salada de frutas (banana, manga e morango) com aveia sem lactose	Leite sem lactose com banana e aveia sem lactose + manga picada + biscoito de polvilho sem lactose	CALCIO 502 FERRO 5	CALCIO 496 FERRO 6
Jantar 15:30H/16:00H		Arroz com cenoura + FEIJÃO CARIOCA + Frango ao molho + agrião + abóbora refogada + maçã	Macarrão com carne moída + Legumes refogados (brócolis e cenoura) + laranja	Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata) + couve	Batata refogada + Carne moída ao molho + escarola + <u>salada de alface</u> + <u>melancia</u>	VITAMINA A 504 VITAMINA C 49	VITAMINA A 421 VITAMINA C 50
	SEGUNDA					MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	
	7/9/2026		09/2026	10/9/2026	11/9/2026	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
Desjejum 7:30H/8:00H		Chá erva doce/cidreira + biscoito polvilho sem lactose + maçã	Leite sem lactose com banana + pão de queijo vegano	Ingurte sem lactose com morango e banana batido + biscoito de polvilho sem lactose	Suco de uva integral + panqueca colorida cenoura sem lactose + recheio frango	KCAL 648 CHO 102 PTN 22 LP 17	KCAL 546 CHO 115 PTN 26 LP 20
Almoco 10:30H/11:00H	FERIADO	Arroz, Feijão carioca, Ovos mexidos + couve + Abóbora refogada + ponkan	Arroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de alface	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho com legumes (chuchu e cenoura) + rúcula + <u>salada de brócolis</u> + melancia	Arroz, Feijão preto, Carne moída ao molho, polenta + rúcula + <u>salada de beterraba</u> + manga	CALCIO 408 FERRO 6	CALCIO 506 FERRO 6
Lanche 13:30H/14:00H		Suco de uva integral + panqueca colorida cenoura sem lactose + recheio frango	Ingurte sem lactose com morango e banana batido + biscoito de polvilho sem lactose	Leite sem lactose com banana + pão de queijo vegano	Chá erva doce/cidreira + biscoito polvilho sem lactose + maçã	VITAMINA A 605 VITAMINA C 75	VITAMINA A 564 VITAMINA C 59
Jantar 15:30H/16:00H		Arroz com brócolis + FEIJÃO PRETO + Carne moída ao molho + agrião + abobrinha refogada + maçã	Polenta + Frango ao molho + salada de azeite + ponkan	Arroz carreteiro (cenoura, batata, carne iscas, ervilha) + espinafre + salada de <u>beterraba</u> + manga	Macarrão com frango + legumes refogados (brócolis e cenoura) + melancia		
		SEGUNDA					MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ
	14/9/2026		15/9/2026	16/9/2026	17/9/2026	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
Desjejum 7:30H/8:00H		Mingau de aveia sem lactose com leite sem lactose com banana	Chá erva doce/cidreira + Bolo de banana sem açúcar (Bolo padrão sem lactose) + ponkan	Suco de maçã integral + salada de frutas (laranja, melão e uva) com aveia sem lactose	Suco de uva integral + panqueca colorida cenoura sem lactose + recheio frango	KCAL 601 CHO 132	KCAL 587 CHO 110
Almoco 10:30H/11:00H		Arroz + Frango ao molho com legumes (batata, cenoura, milho) + escarola + salada de tomate + maçã	Arroz, Feijão com cubos de carne bovina, farofa de cenoura + couve + laranja	Arroz integral, Feijão carioca, Frango (salsami) ao molho, salada de alface + <u>goliaba</u>	Arroz, Feijão preto, Carne moída ao molho, batata refogada + salada de brócolis	PTN 25 LP 19	PTN 22 LP 18
Lanche 13:30H/14:00H		Vitamina de frutas (banana e morango) com leite sem lactose e aveia sem lactose + biscoito de polvilho sem lactose	Suco de abacaxi natural + ovos mexidos + melão	Mingau de aveia sem lactose com leite sem lactose com banana	Suco de maçã integral + salada de frutas (laranja, melão e uva) com aveia sem lactose	CALCIO 512 FERRO 7	CALCIO 463 FERRO 7
Jantar 15:30H/16:00H		Polenta + Carne moída ao molho + salada de azeite + laranja	Macarrão com frango + legumes refogados (brócolis e cenoura) + <u>goliaba</u>	Arroz com cenoura + FEIJÃO PRETO + Carne moída ao molho + agrião + abobrinha refogada	Sopa de frango + mandioca + beirenaba + abobrinha + espinafre + mamão	VITAMINA A 409 VITAMINA C 61	VITAMINA A 509 VITAMINA C 64
Observações: Leite sem lactose, biscoitos, farinhas, cereais (aveia), laticínios sem traços de lactose							
CMEI							
ALUNO							

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

CMEI

ALUNO

PM

PM

PM

PM

PM

PM

PM

PM

PM

PM

Patricia dos Santos Alves Garcia
Mat. Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO Nº 1781

Ligia Marcia Toledo Faria Vicente
Mat. Funcional nº 11146 (CRN 8º REGIÃO Nº 731)

Camille Consentino de Carvalho
Mat. Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO Nº 1102

Isabella Carolina Costa Almeida
CRN 8º REGIÃO Nº 693

Vitoria Lima Amarello Luz
Nutricionista Controlador Operacional

CRN 8 10750



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



SEM LACTOSE

	SEGUNDA 21/9/2026	TERÇA 22/9/2026	QUARTA 23/9/2026	QUINTA 24/9/2026	SEXTA 25/9/2026	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
Desjejum 7:30H/8:00H	Iogurte sem lactose com morango e banana batido + biscoito de polvilho sem lactose	Leite sem lactose com morango + panqueca de banana sem lactose com aveia sem lactose	Suco de abacaxi natural + crepioca de queijo sem lactose	Leite vegetal com cacau (100%) + pão de queijo vegano	Suco de maracujá + Panqueca de frango desfiado ao molho sem lactose + Bolo de banana sem açúcar (Bolo padrão sem lactose)	KCAL 610 CHO 110	KCAL 551 CHO 99
Almôgo 10:30H/11:00H	Arroz, Feijão preto, Carne ao molho, pito de carne + salada de beterraba + melão	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho, jacinheira de legumes (batata salsa + chuchu + cenoura) + brócolis + pontkan	Arroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho, Pão do molho de peixe, salada de alface	Arroz, Feijão carioca, Sobrecoxa ao molho com cenoura, salada de brócolis + melancia	Macarrão com molho de carne moída + escarola + salada de azeitona com limão + manga	PTN 26 LIP 19	PTN 20 LIP 20
Lanche 13:30H/14:00H	Leite sem lactose com cacau 100% + pão de queijo vegano	Suco de abacaxi natural + crepioca de queijo sem lactose	Leite sem lactose com morango + panqueca de banana sem lactose com aveia sem lactose	Iogurte sem lactose com morango e banana batido + biscoito de polvilho sem lactose	Suco de maracujá + Panqueca de frango desfiado ao molho sem lactose + Bolo de banana sem açúcar (Bolo padrão sem lactose)	CALCIO 596 FERRO 6	CALCIO 411 FERRO 6
Jantar 15:30H/16:00H	Poleenta + Frango ao molho + salada de azeitona + pontkan	Macarrão com carne moída + Legumes refogados (brócolis e cenoura)	Arroz com brócolis + FEUÃO CARIOCA + Frango ao molho + agrião + abóbora refogada + melancia	Risoto de carne (batata, cenoura, carne moída, ervilha) + rúcula + salada de beterraba + laranja	Batata refogada + Frango ao molho + couve refogada + salada de alface + banana	VITAMINA A 597 VITAMINA C 60	VITAMINA A 596 VITAMINA C 48
	SEGUNDA 20/9/2026	TERÇA 29/9/2026	QUARTA 30/9/2026			MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
Desjejum 7:30H/8:00H	Vitamina de frutas (Banana e abacate) com leite sem lactose e aveia sem lactose + biscoito de polvilho sem lactose	Suco de uva integral + panqueca de queijo sem lactose	Suco de manga integral + torta de frango com legumes sem lactose			KCAL 592 CHO 98	KCAL 512 CHO 93
Almôgo 10:30H/11:00H	Arroz, Feijão carioca, Omelete assado + espinafre + legumes refogados (abobrinha e cenoura) + pontkan	Arroz, Feijão preto, Carne moída ao molho com legumes (abóbora e chuchu) + agrião + salada de alface + melão	Macarrão parafuso + Frango ao molho desfiado + espinafre + salada de beterraba + maçã			PTN 15 LIP 10	PTN 17 LIP 10
Lanche 13:30H/14:00H	Suco de uva integral + panqueca de queijo sem lactose	Suco de manga integral + torta de frango com legumes sem lactose	Vitamina de frutas (Banana e abacate) com leite sem lactose e aveia sem lactose + biscoito de polvilho sem lactose			CALCIO 263 FERRO 2	CALCIO 154 FERRO 3
Jantar 15:30H/16:00H	Poleenta com almondegas ao molho + brócolis + salada de beterraba + maçã	Arroz + Frango ao molho com legumes (batata, cenoura e milho) + rúcula + salada de tomate + pontkan	Sopa de FEUÃO (batata, mandioquinha, cenoura e carne) + couve + melão			VITAMINA A 214 VITAMINA C 55	VITAMINA A 236 VITAMINA C 74

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

CMEI

ALUNO

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

Lígia Marcia Toledo Faria Vicente
Mat. Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO Nº7171

Camille Consolino de Carvalho
Mat. Funcional nº 7691 CRN 8º REGIÃO Nº1102

Larissa Correa Costa Sobrinha
CRN 3 EDB
Coordenadora Operacional

Vitoria Lima Arraújo Luz
Nutricionista Controlador Operacional
CRN 8 19746