

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

	SEGUNDA 3/2/2025	TERÇA 4/2/2025	QUARTA 5/2/2025	QUINTA 6/2/2025	SEXTA 7/2/2025	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
						KCAL	Kcal	KCAL	Kcal
Desjejum 7:30H/8:00H	FÉRIAS	Suco de uva integral + panqueca colorida (cenoura) com recheio de carne	Arroz, Feijão preto, Carne moída ao molho, purê de batata, salada de brócolis, manga	Arroz, Feijão preto, Frango assado (sobrecoxa) + rúcula+ creme de milho + goiaba	Arroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada alface	CHO	92 g	CHO	76 g
Almôço 10:30H/11:00H		FÉRIAS	Vitamina de frutas (banana e mamão) com aveia+ biscoito polvilho	Leite com banana + pão de queijo com polvilho + maçã	Suco de abacaxi natural + pizza de tapioca + melão	PTN	33 g	PTN	22 g
Lanche 14:00H/14:30H			Risoto de frango (cenoura, batata, frango e milho) + rúcula + salada de repolho com tomate + banana	Polenta + Carne moída ao molho + salada acelga+ manga	Purê de batatas + Frango ao molho + salada de brócolis + goiaba	LIP	14 g	LIP	12 g
Jantar 16:00H/16:30H			Arroz, Feijão preto, Bolinho de carne, salada acelga com tomate+melão	Arroz, Feijão preto, Barreado, couve refogada +farofa de banana da terra + salada tomate e cebola + laranja	Arroz, Feijão carioca, Frango (sassani) ao molho, salada de alface + maçã	CALCIO	190 Mg	CALCIO	234 Mg
Desjejum 7:30H/8:00H			Suco maçã integral+ salada de frutas (manga, melão e uva)	Leite com banana + pão de queijo com polvilho + mamão	Suco de abacaxi natural + ovos mexidos + manga	FERRO	4 Mg	FERRO	2 Mg
Almôço 10:30H/11:00H	SEGUNDA 10/2/2025	TERÇA 11/2/2025	QUARTA 12/2/2025	QUINTA 13/2/2025	SEXTA 14/2/2025	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
Lanche 14:00H/14:30H	Suco de abacaxi natural + ovos mexidos + melão	Chá erva doce/cidreira + biscoito de polvilho + laranja	Suco maçã integral+ salada de frutas (manga, melão e uva)	logurte natural com morango e banana batido	Leite com banana + pão de queijo com polvilho + mamão	KCAL	530 Kcal	KCAL	383 Kcal
Jantar 16:00H/16:30H	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho com legumes (cenoura e batata), rúcula+ salada de beterraba + melancia	Arroz, Feijão preto, Bolinho de carne, salada acelga com tomate+melão	Arroz, Feijão preto, Frango ao molho, jardineira de legumes (cenoura + brócolis), manga	Arroz, Feijão preto, Barreado, couve refogada +farofa de banana da terra + salada tomate e cebola + laranja	Arroz, Feijão carioca, Frango (sassani) ao molho, salada de alface + maçã	PTN	29 g	PTN	19 g
						LIP	10 g	LIP	10 g
						CALCIO	207 Mg	CALCIO	120 Mg
						FERRO	4 Mg	FERRO	2 Mg
						VITAMINA A	298 Mcg	VITAMINA A	376 Mcg
						VITAMINA C	42 Mg	VITAMINA C	56 Mg

Observações:

CMEI

ALUNO

Patricia dos Santos Alves Garcia  
Mat Funcional nº 7893 CRN nº REGIÃO N°1781Lúcia Marcia Toledo Faria Vicente  
Mat Funcional nº 11146 CRN nº REGIÃO N°2321Camille Consuelo de Carvalho  
Mat Funcional nº 7894 CRN nº REGIÃO N°1102Liliane Cordeiro Costa  
CRN 81301  
Coordenadora OperacionalVANJA ESPARTEIRA VICENTE  
FUNDADORA COORDENADORA  
CRN 1240

						MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
	SEGUNDA 17/12/2025	TERÇA 18/12/2025	QUARTA 19/12/2025	QUINTA 20/12/2025	SEXTA 21/12/2025		
Desjejum 7:30H-8:00H	Suco de abacaxi natural + pizza de lapoca + melão	Suco de acerola+ torta de frango com legumes + melancia	Vitamina de frutas (banana e mamão) com aveia+ biscoito polvilho	Suco de uva integral + panqueca de queijo	Chá ervas doces/citrina + bolo de banana sem açúcar+ laranja picada	KCAL 598 CHO 91	KCAL 552 CHO 84 g g
Almogo 10:30H/11:00H	Arroz, Feijoadá com cubos de carne bovina, couve refogada + farofa de cenoura, laranja	Arroz colorido, Feijão carioca, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada alface	Arroz, Feijão preto, Ovos mexidos + couve, abóbora refogada + pera	Arroz, feijão carioca, Frango (sassami) grelhado, salada de acelga com tomate + manga	Risoto de carne (batata, cenoura, carne moída), escarola +salada de cenoura mamão	PTN 30 LIP 13	PTN 26 LIP 13 g g
Lanche 14:00H/14:30H	Leite com banana + lapoca de coco	Leite com banana e aveia+ manga picada	Suco de acerola+ torta de frango com legumes + melão	Chá ervas doces/citrina + bolo da banana sem açúcar+ laranja picada	Suco de uva integral + panqueca de queijo	CALCIO 210 FERRO 4	CALCIO 251 FERRO 2 Mg Mg
Jantar 16:00H/16:30H	Sopa de frango + mandioca + beterraba + abobrinha + espinafre + mamão	Risoto de carne (batata, cenoura, carne moída, ervilha)+frutula+ salada de cenoura + pera	Polenita+ frango ao molho + salada de acelga com tomate + melancia	Arroz carreteiro (batata, cenoura, carne iscas, ervilha) + espinafre + salada de alface + laranja	Arroz com cenoura+ frango ao molho + aglio + abóbora refogada + manga	VITAMINA A 318 VITAMINA C 109	VITAMINA A 404 VITAMINA C 106 Mcg Mg
	SEGUNDA 24/12/2025	TERÇA 25/12/2025	QUARTA 26/12/2025	QUINTA 27/12/2025	SEXTA 28/12/2025	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
Desjejum 7:30H/8:00H	Iogurte natural com morango e banana batido	Suco maçã integral+ salada de frutas (manga, melão e uva)	Leite com cacau + banana picada	Vitamina de frutas (banana e abacate) com aveia+ biscoito polvilho	Suco de abacaxi natural + bolo de banana sem açúcar + melancia	KCAL 535 CHO 86	KCAL 401 CHO 60 Kcal g
Almogo 10:30H/11:00H	Arroz, Feijão preto, Omelete assado + espinafre, legumes refogados (vagem e cenoura) + laranja	Arroz, Feijão carioca, Carne bovina ao molho com mandioca + salada alface + melancia	Arroz, feijão preto, Sobrecoxa ao molho com cenoura, salada de brócolis + maçã	Arroz colorido, feijão carioca, quibe assado, espinafre +salada repolho com tomate + manga	Macarrão parafuso, frango ao molho desfiado, escarola+ salada de beterraba + melão	PTN 25 LIP 11	PTN 20 LIP 9 g g
Lanche 14:00H/14:30H	Suco maçã integral+ salada de frutas (manga, melão e uva)	Vitamina de frutas (banana e abacate) com aveia+ biscoito polvilho	Suco de uva integral + panqueca colorida (beterraba) com recheio de carne	Iogurte natural com morango e banana batido	Suco de abacaxi natural + bolo de banana sem açúcar + melancia	CALCIO 165 FERRO 4	CALCIO 102 FERRO 2 Mg Mg
Jantar 16:00H/16:30H	Risoto de carne (batata, cenoura, carne moída, ervilha) + salada de alface + maçã	Polenita+ frango ao molho + salada de acelga + manga	Puré de batatas + Carne moída ao molho + escarola + salada de repolho com tomate	Macarrão com frango + Legumes refogados ( cenoura + brócolis )+ melancia	Arroz com brócolis + Carne moída ao molho + aglio+ abobrinha refogada + abacaxi picado	VITAMINA A 265 VITAMINA C 31	VITAMINA A 221 VITAMINA C 37 Mcg Mg