

CMEI / CEI DE 3 A 5 ANOS – CARDÁPIO ABRIL/2026

APLV

| | SEGUNDA 20/04/2026 | TERÇA 21/04/2026 | QUARTA 22/04/2026 | QUINTA 23/04/2026 | SEXTA 24/04/2026 | MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ | | MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE | | |
|----------------------|--|--|--|---|--|--|-----|--|-----|------|
| | | | | | | KCAL | CHO | KCAL | CHO | KCAL |
| Desjejum 7:30H/8:00H | | | Yogurte de morango vegano + salada de frutas (kiwi, maçã e banana) | Suco de pêssego integral + Bauri de forno com pão sem leite e queijo vegano + melão | Suco de maracujá + Pão sem leite com ovo mexido, alface, cenoura ralada + bolo sem leite | 719 | 106 | 655 | 98 | |
| Almoço 10:30H/1:00H | RECESSO | FERMADO | Arroz, Feijão preto, Barrado, farofa de banana da terra + salada tomate e cebola + laranja | Arroz Integral, Feijão carioca, Sobrecoxa ao molho com cenoura + salada de brócolis + maçã | Macerado com molho de carne moída, salada de repolho com tomate + melancia | 25 | 9 | 22 | 9 | |
| Lanche 13:30H/14:00H | | | Suco de pêssego integral + Bauri de forno com pão sem leite e queijo vegano + melão | Yogurte de morango vegano + salada de frutas (kiwi, maçã e banana) | Suco de maracujá + Pão sem leite com ovo mexido, alface, cenoura ralada + bolo sem leite | 21 | 9 | 20 | 9 | |
| Jantar 15:30H/6:00H | | | Polenta + Frango ao molho + salada de acelga + maçã | Risoto de carne (batata, cenoura, carne moída, ervilha) + FEIJO CARIOCA + salada de repolho com tomate + melancia | Canha (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata) | 398 | 7 | 503 | 5 | |
| | SEGUNDA 27/04/2026 | TERÇA 28/04/2026 | QUARTA 29/04/2026 | QUINTA 30/04/2026 | | 602 | 59 | 495 | 56 | |
| Desjejum 7:30H/8:00H | Suco de maracujá + pão sem leite com requieijo vegano | Café com leite vegetal + bolo sem leite | Vitamina de abacate e banana com leite vegetal + biscoito doce integral sem leite | Suco de morango + pão sem leite com pate de frango com requieijo vegano + mamão | | 553 | 105 | 505 | 95 | |
| Almoço 10:30H/1:00H | Arroz, Feijão carioca, Omelete assado + legumes refogados (abobrinha e cenoura) + melão | Arroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho, Pirão do molho de patê, salada de alface | Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho + jardineira de legumes (cenoura, batata e brócolis) + melancia | Arroz, Feijão preto, Carne bovina cubos ao molho + pirão de carne + salada de beterraba + caqui | | 19 | 9 | 15 | 9 | |
| Lanche 13:30H/14:00H | Vitamina de abacate e banana com leite vegetal + biscoito doce integral sem leite | Chá com leite vegetal + pão sem leite + creme vegetal | Suco de morango + pão sem leite com pate de frango com requieijo vegano + mamão | Café com leite vegetal + bolo sem leite | | 13 | 9 | 10 | 9 | |
| Jantar 15:30H/6:00H | Arroz com brócolis + Carne moída ao molho + abobrinha refogada + melancia | Macerado com frango ao molho + legumes refogados (brócolis e cenoura) + caqui | Polenta com amêndoas ao molho + salada de beterraba | Arroz com cenoura + FEIJO PRETO + Frango ao molho + abóbora refogada + melão | | 218 | 3 | 204 | 4 | |
| | Observações: Pães, Biscoitos, Bolos, Farinhas, Cereais (aveia) sem traços de leite. Utilizar leite vegetal, creme vegetal substituindo a margarina/manteiga. Laticínios Veganos. | | | | | | 308 | 288 | 64 | 9 |
| | CMEI | | | | | | 59 | 64 | 9 | 9 |
| | ALUNO | | | | | | | | | |

Partida dos Santos Alves Garcia

Lígia Marcia Paolod'Avila Vicente

Camille Conceição de Carvalho

Edição: Denise Costa Juchter
CRN 8 4303
Especialista Operacional

Letícia de Oliveira
Nutricionista
CRN 15664

Mat. Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO N°1781

Mat. Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO N2321

Mat. Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO N°1102