



CEMEI / CEI DE 3 A 5 ANOS – CARDÁPIO MAIO/2026



APLV

MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL BARRA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	SEXTA 14/5/2026	
		KCAL	Kcal
CHD	CHO	9	9
PTN	PTN	9	9
LIP	LIP	9	9
CALCIO	CALCIO	Mg	Mg
FERRO	FERRO	Mg	Mg
VITAMINA A	VITAMINA A	Mcg	Mcg
VITAMINA C	VITAMINA C	Mg	Mg
MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ			
KCAL	KCAL	721	Kcal
CHD	CHO	106	9
PTN	PTN	25	9
LIP	LIP	22	9
CALCIO	CALCIO	405	Mg
FERRO	FERRO	5	Mg
VITAMINA A	VITAMINA A	463	Mcg
VITAMINA C	VITAMINA C	50	Mg
MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL ALUNO			
KCAL	KCAL	761	Kcal
CHD	CHO	121	9
PTN	PTN	26	9
LIP	LIP	19	9
CALCIO	CALCIO	456	Mg
FERRO	FERRO	5	Mg
VITAMINA A	VITAMINA A	506	Mcg
VITAMINA C	VITAMINA C	49	Mg

Observações: Pães, Biscoitos, Bolos, Farinhas, Cereais (aveia) sem traços de leite. Utilizar leite vegetal, creme vegetal substituindo a margarina/manteiga. Laticínios Veganos.

CEMEI

Patricia dos Santos Alves Garcia  
Ligia Márcia Toledo Faria Vicente  
Camile Consolino de Carvalho

Letícia  
Lidiane Costa-Camacho  
CEN 8 918  
Cristiane Aguiar  
Letícia  
Lidiane Costa-Camacho  
CEN 1564

Mat. Funcional nº 7893 CEN 8º REGIÃO N°1781  
Mat. Funcional nº 11146 CEN 8º REGIÃO N°2321  
Mat. Funcional nº 7894 CEN 8º REGIÃO N°1102

CMEI / CEI DE 3 A 5 ANOS -- CARDÁPIO MAIO/2026

APLV

MOMENTO	SEGUNDA 16/05/2026	TERÇA 19/05/2026	QUARTA 20/05/2026	QUINTA 21/05/2026	SEXTA 22/05/2026	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MÃNHA		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE		
						KCAL	CHO	KCAL	CHO	KCAL
Desjejum 7:30H/8:00H	Vitamina de frutas (abacate + banana) com leite vegetal + biscoito doce integral sem leite	Suco de manga + Bolo sem leite + mamão	Suco de pésseso integral + pão sem leite com leite de frango com requieijo vegano + maçã	logurite de morango vegano + biscoito doce integral sem leite + banana	Arroz, Feijão preto, Boinho de carne ao molho, salada de acelga + portkan	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho, mandioca + salada de alicae + caqui	719	108	655	98
Almoço 10:30H/11:00H	Arroz integral, Feijão preto, Ovos Mexidos + abobora refogada + melão	Arroz, Feijão carioca, Frango (sassami) ao molho + salada de alicae + melancia	Arroz, Feijão preto, Boinho de carne ao molho, salada de acelga + portkan	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho, mandioca + salada de alicae + caqui	Arroz, Feijão preto, Carne bovina ao molho com mandioca + salada de alicae + caqui	25	21	22	20	
Lanche 13:30H/14:00H	Leite vegetal com cacau (100%) + pão sem leite com requieijo vegano	logurite de morango vegano + biscoito doce integral sem leite + banana	Vitamina de frutas (abacate + banana) com leite vegetal + biscoito doce integral sem leite	Suco de pésseso integral + pão sem leite com leite de frango com requieijo vegano + maçã	Suco de manga + Bolo sem leite + mamão	21	9	20	9	
Jantar 18:30H/18:00H	Arroz, Frango ao molho (cenoura, batata, milho) + salada de acelga c/ tomate + maça	Macarão com carne moída + legumes refogados (brocolis e cenoura) + melão	Arroz com cenoura + FEIJOÃO PRETO + Frango ao molho + abobora refogada	Potentia + Almondugas no molho + salada de beterraba + caqui	Canje (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata) + melancia	7	Mg	5	Mg	
	SEGUNDA 26/05/2026	TERÇA 29/05/2026	QUARTA 27/05/2026	QUINTA 28/05/2026	SEXTA 29/05/2026	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MÃNHA		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE		
Desjejum 7:30H/8:00H	Café com leite vegetal + biscoito doce/salgado integral sem leite + banana	Suco integral uva, sanduiche de pão sem leite + queijo vegano + tomate + alicae	Café com leite vegetal + pão de queijo vegano	Suco de maracujá + pão sem leite com requieijo vegano	Suco de abacaxi natural + pão sem leite com carne moída, alicae, cenoura ralada + bolo sem leite	653	108	506	95	
Almoço 10:30H/11:00H	Arroz, Feijão carioca, Sobrecoca ao molho (com cenoura + salada de brocolis + caqui)	Arroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho, Pão de molho de peixe + salada de alicae	Arroz, Feijão carioca, Frango (sassami) grelhado + salada de acelga + maça	Arroz, Feijão preto, Barrado, farofa de banana da terra + salada tomate e cebola + farofa	Macarão parafiso + Frango ao molho desfiado + salada de beterraba + melancia	19	9	15	9	
Lanche 13:30H/14:00H	Suco de maracujá + pão sem leite com requieijo vegano	Café com leite vegetal + biscoito doce/salgado integral sem leite + banana	Suco integral uva, sanduiche de pão sem leite + queijo vegano + tomate + alicae	Café com leite vegetal + pão de queijo vegano	Suco de abacaxi natural + pão sem leite com carne moída, alicae, cenoura ralada + bolo sem leite	13	9	10	9	
Jantar 18:30H/18:00H	Arroz com brocolis + Carne moída ao molho + abobrinha refogada	Batatas refogadas + Frango ao molho + salada de brocolis + caqui	Risoto de carne (batata, cenoura, carne moída, ervilha) + salada de beterraba + melancia	Potentia + Frango ao molho + salada de acelga + maça	Sopa de FEIJOÃO (batata, mandiocquinha, carne, cenoura) + couve + portkan	3	Mg	4	Mg	

Observações: Pães, Biscoitos, Bolos, Farinhas, Cereais (aveia) sem traços de leite. Utilizar leite vegetal, creme vegetal substituindo a margarina/manteiga, Laticínios Veganos.

ALUNO

Particia dos Santos Alves Garcia  
Ligia Marcia Toledo Maria Vicente  
Camile Consolinho de Cavalho

Mat Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO Nº1781  
Mat Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO Nº2321  
Mat Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO Nº1102

Letícia de Souza  
Leticia de Souza  
Cristina de Souza  
Cristina de Souza

Letícia de Souza  
Leticia de Souza  
Cristina de Souza  
Cristina de Souza