

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

INTOLERÂNCIA A LACTOSE

	SEGUNDA 05/04/2026	TERÇA 07/04/2026	QUARTA 08/04/2026	QUINTA 09/04/2026	SEXTA 10/04/2026	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ			MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE		
						KCAL	CHO	PTN	KCAL	CHO	PTN
Desjejum 7:30H/8:00H	Suco integral de uva + Pão sem lactose com carne moída, alface, cenoura ralada + bolo de chocolate sem cobertura e sem lactose + pipoca	Suco integral de uva + Pão sem lactose com carne moída, alface, cenoura ralada + bolo de chocolate sem cobertura e sem lactose + pipoca	Suco integral de uva, sanduíche de pão sem lactose + queijo sem lactose + tomate + alface	Café com leite sem lactose + pão de queijo vegano	Arroz colorido, Feijão preto, Almondégas bovina ao sugo, salada de repolho + abacaxi brcólis + carqui	761	121	28	719	106	25
Almooço 10:30H/1:00H	Macarão parafuso + Frango desfiado ao molho + salada de repolho com tomate + melão	Macarão parafuso + Frango desfiado ao molho + salada de cenoura + tomate + alface	Suco de maracujá + bolo de fubá sem lactose com melão	Suco de abacaxi natural + pão sem lactose com ovo + melancia	Arroz colorido, Feijão preto, Bolinho de carne ao molho, Pirão do molho de melão, salada de alface	496	5	19	386	7	9
Lanche 13:30H/14:00H	Suco integral de uva + Pão sem lactose com carne moída, alface, cenoura ralada + bolo de chocolate sem cobertura e sem lactose + pipoca	Suco integral de uva + Pão sem lactose com carne moída, alface, cenoura ralada + bolo de chocolate sem cobertura e sem lactose + pipoca	RECESSO	RECESSO	FERIADO	506	5	506	602	7	506
Jantar 15:30H/16:00H	Sopa de FEIJOÃO (batata, mandiocquinha, carne, cenoura) + couve + laranja	Sopa de FEIJOÃO (batata, mandiocquinha, carne, cenoura) + couve + laranja				49		49	59		41
Desjejum 7:30H/8:00H	Chá com leite sem lactose + pão de milho sem lactose + manteiga sem lactose	Yogurte de morango sem lactose + biscoito doce integral sem lactose + banana	Arroz, Feijão preto, Ovos mexidos + abóbora refogada + maçã	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho com legumes (chuchu e cenoura), salada de brcólis + carqui	Leite sem lactose com morango + Bolo cenoura sem cobertura e sem lactose	760	116	27	721	106	25
Almooço 10:30H/1:00H	Arroz, Feijão preto, Carne bovina ao molho com mandioca + salada de alface + pontkan	Arroz, Feijão carioca, Frango (sassam) grelhado, salada de acelga + melão	Café com leite sem lactose + pão de queijo vegano	Suco integral de uva, sanduíche de pão sem lactose + queijo sem lactose + tomate + alface	Yogurte de morango sem lactose + biscoito doce integral sem lactose + banana	501	6	21	406	5	22
Lanche 13:30H/14:00H	Suco de maracujá + pão sem lactose com requêijo sem lactose	Leite sem lactose com morango + Bolo cenoura sem cobertura e sem lactose	Arroz, FEIJOÃO PRETO, Frango ao molho com legumes (batata, cenoura, milho) + salada de alface + carqui	Potentia + Carne moída ao molho + salada de acelga + maçã	Sopa de frango + mandioca + abobrinha + beterraba	468	6	59	463	5	59
Jantar 15:30H/16:00H	Macarão com frango ao molho + legumes refogados (brócolis e cenoura) + melão	Batatas refogadas + Carne moída ao molho + salada de repolho com tomate + pontkan	Arroz, Feijão preto, Frango ao molho com legumes (batata, cenoura, milho) + salada de alface + carqui	Potentia + Carne moída ao molho + salada de acelga + maçã	Suco de frango + mandioca + abobrinha + beterraba	468	6	59	463	5	59
Desjejum 7:30H/8:00H	Leite sem lactose com banana + Biscoito de polvilho sem lactose	Suco de abacaxi natural + pão sem lactose com ovo + melancia	Leite sem lactose com cacau (100%) + pão sem lactose com manteiga sem lactose	Suco de maracujá + bolo de fubá sem lactose com ovo + melancia	Café com leite sem lactose + pão de cenoura sem lactose + queijo sem lactose/margarina sem lactose	737	115	24	716	109	25
Almooço 10:30H/1:00H	Arroz, Feijão carioca, Frango (sassam) ao molho, salada de alface + banana	Arroz, Feijão carioca, Frango (sassam) ao molho, fatia de cenoura + laranja	Arroz colorido, Feijão carioca, Peixe ao molho, Pirão do molho de melão, salada de alface	Arroz, Feijão preto, Bolinho de carne ao molho, Pirão do molho de melão, salada de alface	Arroz, Feijão carioca, Sotricoxa assada + batatas refogadas + melão	24	9	20	20	9	9
Lanche 13:30H/14:00H	Café com leite sem lactose + pão de cenoura sem lactose + queijo sem lactose/margarina sem lactose	Leite sem lactose com cacau (100%) + pão sem lactose com manteiga sem lactose	Suco de maracujá + bolo de fubá sem lactose com melão	Suco de abacaxi natural + pão sem lactose com ovo + melancia	Leite sem lactose com banana + biscoito de polvilho sem lactose	486	5	411	463	5	506
Jantar 15:30H/16:00H	Macarão com carne moída + Legumes refogados (brócolis e cenoura) + laranja	Arroz com cenoura + Frango ao molho + abóbora refogada + melão	Potentia com almondégas ao molho + salada de beterraba + banana	Batatas refogadas + Frango ao molho + salada de alface	Arroz carreteiro (cenoura, batata, carne (scas, ervilha) + FEIJOÃO CARIOCA + salada de tomate + maçã	52		52	41		52

Observações: Pães, Biscoitos, Bolos, Farinhas, Cereais (aveia) sem traços de lactose. Utilizar leite sem lactose. Laticínios sem lactose.

CMEI

ALUNO

Patrícia dos Santos Alves Garcia
Mat. Funcional nº 7893 CBN Sº REGIÃO V1781

Ligia Márcia Toledo Faria Vicente
Mat. Funcional nº 11146 CBN Sº REGIÃO W2321

Carmel Consistoso de Carvalho
Mat. Funcional nº 7894 CBN Sº REGIÃO N1102

Unidade Escolar
Coordenadora Operacional

Unidade Escolar
Coordenadora Operacional

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

INTOLERÂNCIA A LACTOSE

	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
Desjejum 7:30H/8:00H			logurete de morango sem lactose + salada de frutas (kiwi, maçã e banana)	Suco de pêssego integral + bauru de forno com pão sem lactose e queijo sem lactose + melão	Suco de maracujá + Pão sem lactose com ovo mexido, alicafe, cenoura ralada + bolo de cenoura sem cobertura e sem lactose	KCAL 738 CHO 113 PTN 26 LIP 20	KCAL 655 CHO 98 PTN 22 LIP 20
Almogo 10:30H/11:00H			Arroz, Feijão preto, Barreado, Farofa de banana da terra + salada tomate e cebola + Iaranjã	Arroz Integral, Feijão carioca, Sobrecoca ao molho com cenoura + salada de brócolis + maçã	Macarão com molho de carne moída, salada de repolho com tomate + melancia	KCAL 483 CHO 5 LIP 9	KCAL 503 CHO 5 LIP 9
Lanche 13:30H/14:00H			Suco de pêssego integral + bauru de forno com pão sem lactose e queijo sem lactose + melão	Risoto de carne (batata, cenoura, carne moída, ervilha) + FEIJO CARIOCA + salada de repolho com tomate + melancia	Suco de maracujá + Pão sem lactose com ovo mexido, alicafe, cenoura ralada + bolo de cenoura sem cobertura e sem lactose	KCAL 486 CHO 5 LIP 9	KCAL 495 CHO 5 LIP 9
Jantar 15:30H/16:00H			Polenta + Frango ao molho + salada de azeitão + maçã		Canjiá (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata)	KCAL 48 CHO 5 LIP 9	KCAL 58 CHO 5 LIP 9
	SEGUNDA 27/04/2026	TERÇA 28/04/2026	QUARTA 29/04/2026	QUINTA 30/04/2026		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
Desjejum 7:30H/8:00H	Suco de maracujá + pão sem lactose com requeijão sem lactose	Café com leite sem lactose + bolo de Iaranjã sem lactose	Vitamina de abacate e banana com leite sem lactose + biscoito doce integral sem lactose	Suco de morango + pão sem lactose com pão de frango com requeijão sem lactose + manjão		KCAL 653 CHO 112 PTN 18 LIP 13	KCAL 498 CHO 95 PTN 17 LIP 9
Almogo 10:30H/11:00H	Arroz, Feijão carioca, Omelete assado + legumes refogados (abobrinha e cenoura) + melão	Arroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de alicafe	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		KCAL 203 CHO 3 LIP 9	KCAL 206 CHO 3 LIP 9
Lanche 13:30H/14:00H	Vitamina de abacate e banana com leite sem lactose + biscoito doce integral sem lactose	Chá com leite sem lactose + pão de milho sem lactose + manteiga sem lactose	Suco de morango + pão sem lactose com pão de frango com requeijão sem lactose + manjão	Café com leite sem lactose + bolo de Iaranjã sem lactose		KCAL 308 CHO 3 LIP 9	KCAL 189 CHO 3 LIP 9
Jantar 15:30H/16:00H	Arroz com brócolis + Carne moída ao molho + abobrinha refogada + melancia	Macarão com Frango ao molho + legumes refogados (brócolis e cenoura) + caqui	Polenta com almôndegas ao molho + salada de beterraba	Arroz com cenoura + FEIJO PRETO + Frango ao molho + abobora refogada + melão		KCAL 61 CHO 3 LIP 9	KCAL 69 CHO 3 LIP 9

Observações: Pães, Biscoitos, Bolos, Farinhas, Cereais (aveia) sem traços de lactose. Utilizar leite sem lactose. Laticínios sem lactose.

CMEI

ALUNO

Participa dos Santos Alvos Ganca

Ligia Márcia, Teloáda Faria Vicente

Camile Consuelo de Carvalho

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

Mat. Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO N°2311

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

Liliana Cristina Costa Saldia

CRN 8º ANO

Coordenadora de Supervisão


 Liliana Cristina Costa Saldia
 CRN 8º ANO
 Coordenadora de Supervisão
 CNM 15544