



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

		QUINTA 11/10/2026		SEXTA 21/10/2026		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
		Suco integral lva, sanduiche de pão fatiado + queijo + tomate + alface		Latic com banana + biscoito de polvilho + manga		KCAL 101	Kcal 101	KCAL 719	Kcal 719
		Aroz, Feijão preto, Carne bovina cozida ao molho com mandioca + salada de alface + melancia		Aroz, Feijão caraca, Frango ao molho com legumes (brocolis e cenoura) + salada de tomate + manjão		CHO 121	g 9	CHO 105	g 9
						PTN 36	g 9	PTN 25	g 9
						LIP 19	g 9	LIP 21	g 9
						CALCIO 469	Mg 469	CALCIO 386	Mg 386
						FERRO 5	Mg 5	FERRO 7	Mg 7
						VITAMINA A 306	Mg 306	VITAMINA A 602	Mg 602
						VITAMINA C 49	Mg 49	VITAMINA C 59	Mg 59
						MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
						KCAL 770	Kcal 770	KCAL 721	Kcal 721
						CHO 116	g 9	CHO 106	g 9
						PTN 27	g 9	PTN 29	g 9
						LIP 21	g 9	LIP 22	g 9
						CALCIO 501	Mg 501	CALCIO 405	Mg 405
						FERRO 6	Mg 6	FERRO 5	Mg 5
						VITAMINA A 469	Mg 469	VITAMINA A 493	Mg 493
						VITAMINA C 56	Mg 56	VITAMINA C 50	Mg 50
						MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
						KCAL 737	Kcal 737	KCAL 716	Kcal 716
						CHO 115	g 9	CHO 109	g 9
						PTN 24	g 9	PTN 25	g 9
						LIP 20	g 9	LIP 20	g 9
						CALCIO 495	Mg 495	CALCIO 403	Mg 403
						FERRO 5	Mg 5	FERRO 5	Mg 5
						VITAMINA A 471	Mg 471	VITAMINA A 505	Mg 505
						VITAMINA C 52	Mg 52	VITAMINA C 41	Mg 41

Observações:

CMEI

ALUNO

 Partida das Somas Alves Cláudia
 Mãe Funcional nº 7903 CEN 8 R14161
 N 1781

 Irga Mateus Vinícius Faria Viçente
 Mãe Funcional nº 11146 CEN 8
 R16161 N 2323

 Camile Consuelo de Carvalho
 Mãe Funcional nº 7861 CEN 8 R16161
 N 1102

 Leticia Carla Costa Sales
 CEN 8 1639
 Coordenadora Operacional

 Vitoria Lima Assis Luz
 Natividade Control Operacional
 CEN 8 49746



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



	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
	19/10/2026	20/10/2026	21/10/2026	22/10/2026	23/10/2026	KCAL	Kcal	KCAL	Kcal
Desjejum 7:30H/8:00H	Vitamina de frutas (banana + morango) + biscoito doce integral	Suco de acerola + bolo de fubá + banana	Café com leite + biscoito doce/salgado integral + mamão	Suco de maracujá + pão integral fatiado com requeijão	Suco de abacaxi natural + Pão de leite com ovo mexido, alicae, cenoura ralada + bolo de laranja	CHO 113	9	CHO 98	9
Almoço 10:30H/11:00H	Arroz integral, Feijão preto, Carne ao molho, pirão de carne + salada de beterraba + melão	Arroz, Feijão carioca, Frango (sassami) grelhado, salada de aceitga + maçã	Arroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de alicae	Arroz, Feijão carioca, Sobrecoxa ao molho com cenoura, salada de brócolis + melancia	Macarrão com molho de carne moída + salada de tomate com pepino + manga	PTN 26	9	PTN 22	9
Lanche 13:30H/14:00H	Suco de maracujá + pão integral fatiado com requeijão	Café com leite + biscoito doce/salgado integral + mamão	Suco de acerola + bolo de fubá + banana	Vitamina de frutas (banana + morango) + biscoito doce integral	Suco de abacaxi natural + Pão de leite com ovo mexido, alicae, cenoura ralada + bolo de laranja	LIP 20	9	LIP 20	9
Jantar 15:30H/16:00H	Polenta + Frango ao molho + salada de aceitga + maçã	Macarrão com carne moída + Legumes refogados (brócolis e cenoura)	Arroz com cenoura + Frango ao molho + abóbora refogada + melão	Purê de batata + Carne moída ao molho + salada de tomate com pepino + manga	Arroz + FEIJÃO CARIOCA + Frango ao molho com legumes (batata, cenoura e milho) + salada de alicae + melancia	CALCIO 483	Mg	CALCIO 503	Mg
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	FERRO 5	Mg	FERRO 5	Mg
	26/10/2026	27/10/2026	28/10/2026	29/10/2026	30/10/2026	VITAMINA A 486	Mcg	VITAMINA A 485	Mcg
						VITAMINA C 48	Mg	VITAMINA C 58	Mg
Desjejum 7:30H/8:00H	Suco de pêssego + pão fatiado com patê de frango com requeijão + melancia	Leite com morango + Bolo cenoura sem cobertura	Ingurte de morango + biscoito doce integral + banana	Café com leite + Pão de milho + queijo/margarina		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ			
Almoço 10:30H/11:00H	Arroz, Feijão carioca, Ovos mexidos, Abóbora refogada + melão	Arroz, Feijão preto, Barreado, farofa de banana da terra + salada tomate e cebola + laranja	Arroz, Feijão carioca, Frango assado (sobrecoxa) + purê de batata + melancia	Arroz, Feijão preto, Carne moída com legumes (batata salsa e cenoura), salada de alicae + maçã		KCAL 699	Kcal	KCAL 513	Kcal
Lanche 13:30H/14:00H	Ingurte de morango + biscoito doce integral + banana	Café com leite + pão de milho + queijo/margarina	Suco de pêssego + pão fatiado com patê de frango com requeijão + melão	Leite com morango + Bolo cenoura sem cobertura		CHO 124	9	CHO 98	9
Jantar 15:30H/16:00H	Polenta com almondegas ao molho + salada de beterraba + laranja	Arroz com cenoura + Frango ao molho + abóbora refogada + melão	Risoto de carne (batata, cenoura, carne moída, ervilha) + FEIJÃO PRETO + salada de alicae + maçã	Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata) + melancia		PTN 20	9	PTN 19	9
						LIP 15	9	LIP 12	9
						CALCIO 215	Mg	CALCIO 198	Mg
						FERRO 4	Mg	FERRO 3	Mg
						VITAMINA A 296	Mcg	VITAMINA A 231	Mcg
						VITAMINA C 53	Mg	VITAMINA C 115	Mg
Observações:									
CMEI					ALUNO				

Patrícia dos Santos Alves Garcia
 Mat Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO Nº 1781
 Lígia Marcia Toledo Faria Viciane
 Mat Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO Nº 2321
 Camille Consentino de Carvalho
 Mat Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO Nº 1102

Adilson Gomes Silva
 Coordenador Geral
 Vitoria Livia Américo Luz
 Nutricionista Coordenadora Operacional
 CRN 9 39746