

CMEI / CEI DE 3 A 5 ANOS – CARDÁPIO FEVEREIRO/2025

	SEM OVOS					MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
	SEGUNDA 3/2/2025	TERÇA 4/2/2025	QUARTA 5/2/2025	QUINTA 6/2/2025	SEXTA 7/2/2025	KCAL	774 Kcal	KCAL	623 Kcal
Desjejum 7:30H/8:00H			Café com leite + pão s/ ovos + queijo/margarina	Leite com cacau (70%) + pão s/ ovos com manteiga	Leite com morango + bolo s/ ovos	CHO	99 g	CHO	80 g
Almoco 10:30H/11:00H	FÉRIAS	FÉRIAS	Arroz, Feijão preto, Carne moída ao molho, purê de batata, salada de brócolis, manga	Arroz, Feijão carioca, Frango assado (sobrecoca) + creme de milho + goiaba	Arroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho, Pião do molho de peixe, salada alicce	PTN	38 g	PTN	29 g
Lanche 14:00H/14:30H			Leite com morango+ bolo sem ovos	Café com leite + pão sem ovos + queijo/margarina	Leite com cacau (70%) + pão sem ovos com manteiga	LIP	68 g	LIP	64 g
Jantar 16:00H/16:30H			Risoto de frango (cenoura, batata, frango e milho) + salada de repolho com tomate + banana	Polenta + Carne moída ao molho + salada alicce+ manga	Purê de batatas + Frango ao molho + salada de brócolis + goiaba	CALCIO	376 Mg	CALCIO	313 Mg
						FERRO	4 Mg	FERRO	2 Mg
						VITAMINA A	317 Mcg	VITAMINA A	326 Mcg
						VITAMINA C	33 Mg	VITAMINA C	40 Mg
	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	
Desjejum 7:30H/8:00H	Chá com leite + pão sem ovos + manteiga	Suco integral de maçã+ bolo s/ ovos + laranja	Logurte de morango + biscoito doce integral s/ ovos + banana	Café com leite + pão de queijo vegano + mamão	Suco de abacaxi natural + pão tipo hot dog s/ ovos c/ frango destiçado ao molho + manga	KCAL	670 Kcal	KCAL	570 Kcal
						CHO	81 g	CHO	81 g
Almoco 10:30H/11:00H	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho com legumes (cenoura e batata), salada de beterraba + melancia	Arroz, Feijão, Carne moída ao molho + salada alicce + melão	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho, jardineira de legumes (cenoura + brócolis), manga	Arroz, Feijão preto, Barreado, fôrta de banana da terra + salada tomate e cebola + laranja	Arroz, Feijão carioca, Frango (salsami) ao molho, salada de alicce + maçã	PTN	31 g	PTN	23 g
						LIP	17 g	LIP	19 g
Lanche 14:00H/14:30H	Suco de abacaxi natural + pão tipo hot dog s/ ovos c/ frango destiçado ao molho + melão	Chá com leite + pão sem ovos + manteiga	Suco integral de maçã+ bolo sem ovos + laranja	Logurte de morango + biscoito doce integral s/ ovos + banana	Café com leite + pão de queijo vegano + mamão	CALCIO	195 Mg	CALCIO	188 Mg
						FERRO	4 Mg	FERRO	2 Mg
Jantar 16:00H/16:30H	Arroz, carreteiro (batata, cenoura, carne iscas, onivita) + salada de alicce com tomate + mamão	Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata)	Polenta com carne moída ao molho + salada de brócolis + maçã	Risoto de frango (batata, cenoura, frango, milho) + ricota + salada de alicce + melancia	Macarrão sem ovos com carne moída + legumes refogados (cenoura e brócolis) + manga	VITAMINA A	395 Mcg	VITAMINA A	409 Mcg
						VITAMINA C	34 Mg	VITAMINA C	48 Mg

Observação: Pães,biscitos, bolos,cereais(aveia) e farinhas sem traços de ovos

CMEI

ALUNO

 Patriciá dos Santos Alves Garcia
Mat Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO
NO1701

 Ligia Márcia Toledo Faria Vicente
Mat Funcional nº 11146 CRN 8º
DECIÃO NO1701

 Camille Consentino de Carvalho
Mat Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO
NO1107

 Kátia Regina Costa Siqueira
Coordenadora Organizacional
NO1107

 BRUNO EDUARDO AGUIAR
Técnicos de Cozinha
CIBR 2245


CMEI / CEI DE 3 A 5 ANOS – CARDÁPIO FEVEREIRO/2025

SEM OVOS													
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ				MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE			
	17/2/2025	18/2/2025	19/2/2025	20/2/2025	21/2/2025	22/2/2025	KCAL	605	Kcal	KCAL	491	Kcal	
Desjejum 7:30H/8:00H	Chá com leite + biscoito salgado sem ovos + melão	Suco de acerola + pão sem ovos com frango desfiado ao molho + melancia	Vitamina de frutas (banana e mamão) + biscoito doce integral s/ ovos	Suco de manga + pão fatiado integral s/ ovos com requeijão	Café com leite + bolo sem ovos	CHO	101	g	CHO	75	g		
						PTN	28	g	PTN	25	g		
						LIP	11	g	LIP	11	g		
Almooço 10:30H/11:00H	Arroz, Feijoado com cubos de carne bovina, farofa de cenoura, laranja	Arroz colorido, Feijão carioca, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada alface	Arroz, Feijão preto, Carne moída ao molho + abóbora refogada + pera	Arroz, Feijão carioca, Frango (sossami) grelhado, salada de acelga com tomate + manga	Risoto de carne (batata, cenoura, carne moída), salada de cenoura+ mamão picado	CALCIO	194	Mg	CALCIO	202	Mg		
						FERRO	3	Mg	FERRO	2	Mg		
Lanche 14:00H/14:30H	Suco de manga + pão fatiado integral s/ ovos com requeijão	Curau de milho sem ovos +maçã	Suco de acerola + pão sem ovos com frango desfiado ao molho + melancia	Café com leite + bolo sem ovos	Vitamina de frutas (banana e mamão) + biscoito doce integral s/ ovos	VITAMINA A	263	Mcg	VITAMINA A	368	Mcg		
						VITAMINA C	95	Mg	VITAMINA C	99	Mg		
Jantar 16:00H/16:30H	Sopa de frango + mandioca + beterraba + abobrinha + espinafre + mamão	Risoto de carne (batata, cenoura, carne moída, ervilha) + salada de cenoura + pera	Polenta+ 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 + abóbora refogada + manga	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ				MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE			
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	28/2/2025	KCAL	659	Kcal	KCAL	492	Kcal	
	24/2/2025	25/2/2025	26/2/2025	27/2/2025	28/2/2025								
Desjejum 7:30H/8:00H	Chá com leite + biscoito salgado sem ovos + abacaxi picado	logurte de morango + salada de frutas com azeitona sem ovo (manga, melão e uva)	Suco integral de uva + sanduíche de pão sem ovos + queijo + tomate + alface	Vitamina de frutas (banana e abacate) + biscoito doce integral s/ ovos	Suco de abacaxi natural + Pão de leite s/ ovos c/ carne moída, alface, cenoura ralada + bolo sem ovos	CHO	104	g	CHO	73	g		
						PTN	32	g	PTN	25	g		
						LIP	14	g	LIP	11	g		
Almooço 10:30H/11:00H	Arroz, Feijão preto, Frango grelhado + 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, Carne moída ao molho + espinafre + salada repolho + manga	Macarrão sem ovos, frango ao molho desfiado, salada de beterraba + melão	CALCIO	253	Mg	CALCIO	178	Mg		
						FERRO	4	Mg	FERRO	2	Mg		
Lanche 14:00H/14:30H	Suco de uva integral, sanduíche de pão fatiado sem ovos + queijo + tomate + alface	Vitamina de frutas (banana e abacate) + biscoito doce integral s/ ovos	Café com leite + biscoito salgado sem ovos + melão	Macarrão sem ovos com frango + Legumes refogados (cenoura + brócolis) + melancia	Suco de abacaxi natural + Pão de leite s/ ovos c/ carne moída, alface, cenoura ralada + bolo sem ovos	VITAMINA A	317	Mcg	VITAMINA A	252	Mcg		
						VITAMINA C	29	Mg	VITAMINA C	27	Mg		
Jantar 16:00H/16:30H	Risoto de carne (batata, cenoura, carne moída, ervilha) + salada de alface + maçã	Polenta+ frango ao molho + salada de acelga + manga	Purê de batatas + Carne moída ao molho + escarola + salada de repolho com tomate			ALUNO							
Observação: Pães,biscoitos, bolos,cereais(aveia) e farinhas sem traços de ovos													
CMEI													


Observação: Paes, biscoitos, bolos, cereais (aveia) e farinhas sem traços de ovos

CMEI

ALUNO


 Patrícia dos Santos Alves Garcia
 Mat. Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO
 Nº1781


 Ligia Márcia Toledo Faria Vicente
 Mat. Funcional nº 11146 CRN 8º
 REGIÃO Nº2321


 Camille Consentino de Carvalho
 Mat. Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO
 Nº1102


 Edmaria Carolina Costa Silveira
 Coordenadora Regional


 MARIA ESTELENE VICENTE
 Coordenadora Regional
 CRN 1246