

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

	SEGUNDA 3/2/2025	TERÇA 4/2/2025	QUARTA 5/2/2025	QUINTA 6/2/2025	SEXTA 7/2/2025	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE		
						KCAL	Kcal	KCAL	Kcal	
Desjejum 7:30H/8:00H	FÉRIAS	FÉRIAS	Café com leite + pão de cenoura + queijo/margarina	Leite com cacau (70%) + pão fatiado com manteiga	Leite com morango+ bolo cenoura sem cobertura	CHO	99 g	CHO	80 g	
Almooço 10:30H/11:00H			Arroz, Feijão preto, Carne moída ao molho, purê de batata, salada de brócolis, manga	Arroz, Feijão carioca, Frango assado (sobrecoxa) + creme de milho + goiabada	Arroz colorido, feijão preto, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada alicace	PTN	38 g	PTN	29 g	
Lanche 14:00H/14:30H			Leite com morango+ bolo cenoura sem cobertura	Café com leite + pão de cenoura + queijo/margarina	Leite com cacau (70%) + pão fatiado 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 acelga+ manga	Purê de batatas + Frango ao molho + salada de brócolis + goiabada	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	
Desjejum 7:30H/8:00H	Chá com leite + pão milho + manteiga	Suco integral de maçã+ bolo de tubá + laranja	logurte de morango + biscoito doce integral + banana	Café com leite + pão de queijo + mamão	Suco de abacaxi natural + pão de leite com ovo + manga	KCAL	690 Kcal	KCAL	590 Kcal	
						CHO	81 g	CHO	81 g	
Almooço 10:30H/11:00H	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho com legumes (cenoura e batata), salada de beterraba + melancia	Arroz, Feijão preto, Bolinho de carne, salada acelga com tomate+melão	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho, jardineira de legumes (cenoura + brócolis), manga	Arroz, Feijão preto, Barreado, farofa de banana da terra + salada tomate e cebola + laranja	Arroz, Feijão carioca, Frango (sassami) ao molho, salada de alicace + maçã	PTN	31 g	PTN	23 g	
						LIP	17 g	LIP	19 g	
Lanche 14:00H/14:30H	Suco de abacaxi natural + pão de leite com ovo + melão	Chá com leite + pão milho + manteiga	Suco integral de maçã+ bolo de tubá + laranja	logurte de morango + biscoito doce integral + banana	Café com leite + pão de queijo+mamão	CALCIO	195 Mg	CALCIO	188 Mg	
						FERRO	4 Mg	FERRO	2 Mg	
Jantar 16:00H/16:30H	Arroz carreteiro (batata, cenoura, carne iscas, ervilha) + salada de acelga com tomate + mamão	Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata)	Polenta com almondegas ao molho + salada de brócolis + maçã	Risoto de frango (batata, cenoura, frango, milho) + rúcula + salada de alicace + melancia	Macarrão 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	
Observações:						ALUNO				
CMEI										

## CMEI / CEI DE 3 A 5 ANOS -- CARDÁPIO FEVEREIRO/2025

	SEGUNDA 17/2/2025	TERÇA 18/2/2025	QUARTA 19/2/2025	QUINTA 20/2/2025	SEXTA 21/2/2025	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
						KCAL	Kcal	KCAL	Kcal
Desjejum 7:30H/8:00H	Chá com leite + biscoito salgado+melo	Suco de acerola + Torta de frango com legumes + melancia	Vitamina de frutas (banana e mamão) + biscoito doce integral	Suco de manga + pão fritoado integral com requeijão	Café com leite + bolo de laranja	KCAL	625	KCAL	511
Almooço 10:30H/11:00H	Arroz, Feijoadá 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, Ovos mexidos + abóbora refogada + pera	Arroz, Feijão carioca, Frango (sossam) grelhado, salada de açafrão com tomate + manga	Risoto de carne (batata, cenoura, carne moída), salada de cenoura+ mamão picado	CHO	101	CHO	75
Lanche 14:00H/14:30H	Suco de manga + pão fritoado integral com requeijão	Curau de milho +maçã	Suco de acerola + Torta de frango com legumes + melancia	Café com leite + bolo de laranja	Vitamina de frutas (banana e mamão) + biscoito doce integral	PTN	28	PTN	25
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 açafrão com tomate + melancia	Arroz carreteiro (batata, cenoura, carne iscas, ervilha) + espinafre + salada de alface + laranja	Arroz com cenoura + frango ao molho + abóbora refogada + manga	LIP	11	LIP	11
						CALCIO	194	CALCIO	202
						FERRO	3	FERRO	2
						VITAMINA A	263	VITAMINA A	368
						VITAMINA C	95	VITAMINA C	99
	SEGUNDA 24/2/2025	TERÇA 25/2/2025	QUARTA 26/2/2025	QUINTA 27/2/2025	SEXTA 28/2/2025	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
						KCAL	679	KCAL	502
Desjejum 7:30H/8:00H	Café com leite + biscoito salgado integral + abacaxi picado	logure de morango + salada de frutas com aveia (manga,melo e uva)	Suco integral de uva + sanduíche de pão fritoado + queijo + tomate + alface	Vitamina de frutas (banana e abacate) + biscoito doce integral	Suco de abacaxi natural + Pão de leite com carne moída, alface, cenoura ralada + bolo de chocolate sem cobertura	CHO	104	CHO	73
Almooço 10:30H/11:00H	Arroz, Feijão preto, Omelete assado + 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, quibe assado, espinafre+salada repolho com tomate + manga	Macarrão parafuso, frango ao molho destiçado, salada de beterraba + melão	PTN	32	PTN	25
Lanche 14:00H/14:30H	Suco de uva integral, sanduíche de pão fritoado + queijo + tomate + alface	Vitamina de frutas (banana e abacate) + biscoito doce integral	Café com leite + biscoito salgado + melão	logure de morango + salada de frutas com aveia (manga,melo e uva)	Suco de abacaxi natural + Pão de leite com carne moída, alface, cenoura ralada + bolo de chocolate sem cobertura	LIP	14	LIP	11
Jantar 16:00H/16:30H	Risoto de carne (batata, cenoura, carne moída, ervilha) + salada de alface + maçã	Polenta+ frango ao molho + salada de açafrão + manga	Purê de batatas + Carne moída ao molho + escarola + salada de repolho com tomate	Macarrão com frango + Legumes refogados (cenoura + brócolis) + melancia	Arroz com brócolis + Carne moída ao molho + abobrinha refogada + abacaxi picado	CALCIO	253	CALCIO	178
						FERRO	4	FERRO	2
						VITAMINA A	317	VITAMINA A	252
						VITAMINA C	29	VITAMINA C	27

Observações:

CMEI

ALUNO

Patricia 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

Elaine de Souza Costa Duarte  
Coordenadora Operacional

WAGNER LOPES VIEIRA  
Supervisor Operacional  
01008 12340