



CMEI / CEI DE 13 MESES A 2 ANOS E 11 MESES – CARDÁPIO SETEMBRO/2023



	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA 18/9/2023	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
						KCAL	Kcal	KCAL	Kcal
Desjejum 7:30H/8:00H					Suco polpa maracujá + torta de legumes com aveia s/ ovos	KCAL 126,54	9	CHO 97,63	9
					Arroz + feijão carioca + frango ao molho + espinafre + cenoura e couve flor + laranja	PTN 46,32	9	PTN 27,48	9
						LIP 26,12	9	LIP 15,95	9
Almoco 10:30H/11:00H					logurte natural com morango e banana batido	CALCIO 53,85	Mg	CALCIO 63,45	Mg
						FERRO 4,65	Mg	FERRO 5,69	Mg
					Risoto de frango (batata, cenoura, frango e milho) + ricula + salada de beterraba + maçã	VITAMINA A 413,47	Mcg	VITAMINA A 561,48	Mcg
						VITAMINA C 69,74	Mg	VITAMINA C 26,67	Mg
Jantar 16:00H/16:30H	SEGUNDA 4/9/2023	TERÇA 5/9/2023	QUARTA 6/9/2023	QUINTA 7/9/2023	SEXTA 8/9/2023	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
						KCAL 1067,74	Kcal	KCAL 701,08	Kcal
Desjejum 7:30H/8:00H	Suco integral de uva + panqueca de queijo s/ ovos	Chá erva doce/cidreira + bolo de banana sem aplicar s/ ovos + laranja	logurte natural com morango e banana batido			CHO 145,74	9	CHO 105,49	9
						PTN 51,64	9	PTN 32,61	9
						LIP 30,56	9	LIP 16,52	9
Almoco 10:30H/11:00H	Arroz + feijão preto + carne bovina ao molho + quireia + couve + salada de beterraba	Arroz + feijão carioca + frango assado (sobrecoca) + creme de milho + ricula + laranja	Arroz + feijão preto + bolinho de carne ao molho s/ ovos + salada de acelga + melão			CALCIO 354,52	Mg	CALCIO 109,62	Mg
						FERRO 6,96	Mg	FERRO 6,05	Mg
						VITAMINA A 396,20	Mcg	VITAMINA A 485,36	Mcg
						VITAMINA C 72,01	Mg	VITAMINA C 53,14	Mg
Lanche 14:00H/14:30H	Vitamina de maçã + mamão com aveia	Suco integral de uva + panqueca com queijo s/ ovos	Suco integral de maçã + salada de frutas (mamão, banana, morango)			MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
						KCAL 905,37	Kcal	KCAL 731,65	Kcal
						CHO 95,02	9	CHO 102,47	9
Jantar 16:00H/16:30H	Sopa de frango + mandioca + beterraba + abobrinha + espinafre + laranja	Arroz carreteiro (batata, cenoura, carne lisca, ervilha) + espinafre + salada de repolho c/ tomate + melão	Polenta + frango ao molho + salada de acelga + mamão			PTN 49,52	9	PTN 46,76	9
						LIP 35,69	9	LIP 14,97	9
Almoco 10:30H/11:00H	Arroz + feijão carioca + frango sassami grelhado + salada de acelga + manga	Arroz + feijão preto + barreado + farofa de banana + salada de tomate e cebola + laranja	Arroz colorido + feijão carioca + peixe ao molho + pirão do molho de peixe + salada de alicce			CALCIO 462,35	Mg	CALCIO 276,14	Mg
						FERRO 8,62	Mg	FERRO 7,65	Mg
Lanche 14:00H/14:30H	Suco de abacaxi natural + frango desfiado + melão	Creme de banana com cacau e leite	Suco integral de uva + panqueca colorida de cenoura s/ ovos			VITAMINA A 463,52	Mcg	VITAMINA A 551,45	Mcg
						VITAMINA C 81,45	Mg	VITAMINA C 64,25	Mg
Jantar 16:00H/16:30H	Quireia + carne moída ao molho + abobrinha refogada + laranja	Macarrão s/ ovos com frango + brócolis c/ cenoura refogada	Sopa de feijão (batata, batata salsa, cenoura, carne) + couve + maçã			MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
						KCAL 905,37	Kcal	KCAL 731,65	Kcal
						CHO 95,02	9	CHO 102,47	9
						PTN 49,52	9	PTN 46,76	9
						LIP 35,69	9	LIP 14,97	9
						CALCIO 462,35	Mg	CALCIO 276,14	Mg
						FERRO 8,62	Mg	FERRO 7,65	Mg
						VITAMINA A 463,52	Mcg	VITAMINA A 551,45	Mcg
						VITAMINA C 81,45	Mg	VITAMINA C 64,25	Mg

Observações:

ALUNO

CMEI

VITOR OUTRA COITO

284

284

284

284

284

Patricia dos Santos Alves Garcia

Ligian Mariza Melo Lima Vicente

Camile Consolino de Carvalho

Eliziane Coutinho Costa Saldanha

Mariana Rebolão Gonçalves

Mat. Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO Nº 781

Mat. Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO Nº 231

Mat. Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO Nº 102

Coordenadora Pedagógica

Nº. de função de Coord. Pedagógica



CMEI / CEI DE 13 MESES A 2 ANOS E 11 MESES – CARDÁPIO SETEMBRO/2023

SEM OVOS

	SEGUNDA 18/9/2023	TERÇA 19/9/2023	QUARTA 20/9/2023	QUINTA 21/9/2023	SEXTA 22/9/2023	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ				MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE			
						KCAL	g	Kcal	g	KCAL	g	Kcal	g
Desjejum 7:30H/8:00H	Suco de uva integral + paqueca colorida de beterraba s/ ovos	Suco de abacaxi natural + carne desfiada + laranja	Iogurte natural com morango e banana batido	Suco polpa maracujá + torta de legumes com avela s/ ovos	Creme de banana + cacau + leite	CHO	111,23	g	CHO	132,56	g		
Almoço 10:30H/1:00H	Arroz + feijão com cubos de carne bovina + farofa de cenoura + laranja	Arroz + feijão carioca + frango ao molho com legumes (cenoura e abobrinha) + salada de beterraba + maçã	Arroz + feijão preto + carne ao molho + abóbora refogada + melancia	Arroz colorido + feijão carioca + peixe ao molho + pirão do molho de peixe + salada de alface	Arroz + feijão preto + carne moída ao molho + purê de batatas + salada de brócolis + banana	PTN	45,21	g	PTN	52,64	g		
Lanche 14:00H/14:30H	Chá erva doce/cidreira + biscoito de polvilho s/ ovos + maçã	Iogurte natural com morango e banana batido	Chá erva doce/cidreira + bolo de banana sem açúcar sem ovos + mamão	Suco integral de maçã + salada de frutas (mamão, banana, morango)	Suco de abacaxi natural + carne desfiada + manga	CALCIO	485,21	Mg	CALCIO	307,65	Mg		
Jantar 16:00H/16:30H	Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata) + couve + melão	Polenta + carne moída ao molho + salada de acelga	Purê de batatas + frango ao molho + couve refogada + salada de cenoura + maçã	Risoto de carne (batata, cenoura, carne moída, ervilha) + salada de acelga + laranja	Quirera com frango ao molho + abobrinha refogada + agrião + mamão	FERRO	7,21	Mg	FERRO	9,64	Mg		
	SEGUNDA 25/9/2023	TERÇA 26/9/2023	QUARTA 27/9/2023	QUINTA 28/9/2023	SEXTA 29/9/2023	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ				MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE			
						KCAL	951,46	Kcal	903,45	KCAL	903,45	Kcal	
Desjejum 7:30H/8:00H	Suco integral de maçã + salada de frutas (mamão, melão, laranja)	Leite com mamão + paqueca de banana com avela s/ ovos	Suco de abacaxi natural + carne desfiada + melão	Vitamina de abacate e banana com avela	Suco integral de uva + paqueca com queijo s/ ovos	CHO	123,54	g	CHO	130,54	g		
Almoço 10:30H/1:00H	Arroz + feijão carioca + frango sassami ao molho + salada de acelga + melão	Arroz colorido + feijão preto + quibe assado s/ ovos + espinafre + salada de repolho + laranja	Arroz integral + feijão carioca + sobrecoxa ao molho com cenoura + salada de brócolis + maçã	Arroz + feijão preto + carne moída ao molho + polenta + frutula + salada de tomate + manga	Macarrão parafuso s/ ovos com frango ao molho desfiado + salada de beterraba + mamão	PTN	50,41	g	PTN	42,51	g		
Lanche 14:00H/14:30H	Leite com mamão + tapoca de coco	Suco polpa maracujá + torta de legumes com avela s/ ovos	Vitamina de abacate e banana com avela	Suco de uva integral + paqueca colorida de beterraba s/ ovos	Leite com maçã + paqueca de banana com avela s/ ovos	LIP	20,01	g	LIP	17,63	g		
Jantar 16:00H/16:30H	Arroz carreteiro (batata, cenoura, carne iscas, ervilha) + espinafre + salada repolho com tomate	Sopa de frango + mandioca + beterraba + abobrinha + espinafre + langerina	Macarrão s/ ovos com carne moída + brócolis refogado + melão	Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata) + mamão	Purê de batatas + carne moída ao molho + salada de abobrinha + manga	CALCIO	523,64	Mg	CALCIO	403,65	Mg		
						FERRO	6,14	Mg	FERRO	7,46	Mg		
						VITAMINA A	465,36	Mcg	VITAMINA A	496,15	Mcg		
						VITAMINA C	50,48	Mg	VITAMINA C	42,25	Mg		

Observações:

CMEI

AURORA XAVIER

ALUNO

VITOR DUTRA COUTO

Patricia dos Santos Alves Garcia

Mat. Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO Nº 1781

Ligia Marcia Toledo Faria Vicente

Mat. Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO Nº 2321

Camille Consuelo de Carvalho

Mat. Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO Nº 1102

Lidiane Carcel Costa Suelha

CRN 8º REGIÃO nº 6183  
(condicionais Operacional)

Mariana Revolino Gonçalves

CRN 8º REGIÃO nº 14926  
Nutricionista Consultor Operacional