

SEGUNDA

Observações:

ALUNO

DIEGO DE SOUZA GONÇALVES

Mariliana Revolino Gonçalves
CURR 8° BT/CIAD nº 14920
Nutricionista, Emagrecer e Perseguir



CMEI / CEI DE 3 A 5 ANOS – CARDÁPIO JUNHO/2023

INTOLERÂNCIA À LACTOSE + SEM PEIXE



	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	INFORMAÇÃO NUTRICIONAL			
	19/6/2023	20/6/2023	21/6/2023	22/6/2023	23/6/2023	MÉDIA SEMANAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL TARDE		
Desjejum 7:30H/8:00H	Café com leite sem lactose + pão integral sem lactose + queijo sem lactose e margarina sem lactose	Suco integral de uva, sanduíche de pão frito sem lactose + queijo sem lactose + tomate + alface	Logure morango sem lactose+ biscoito doce integral sem lactose + banana	Chá com leite sem lactose+ biscoito salgado sem lactose + maçã	Suco integral de uva+ cachorro quente (pão sem lactose)+ pinhão + pipoca + bolo de milho sem lactose	KCAL 894,21 CHO 124,21	KCAL 846,62 CHO 114,32		
Almôço 10:30H/11:00H	Arroz, feijão preto, Carne moída com legumes (abobrinha e cenoura), salada de alface + maçã	Arroz, feijão carioca, Ovos mexidos, Abóbora refogada + laranja	Arroz, feijão preto, Frango ao molho com legumes (batata e abobrinha), salada de pepino, tomate + caqui	Arroz, feijão carioca, Bolinho de carne ao molho, salada de alface + ponkan	Macarrão com frango ao molho desfiado + salada de cenoura com chuchu + laranja	PTN 24,61 LIP 27,64	PTN 22,37 LIP 14,36		
Lanche 14:00H/14:30H	Chá com leite sem lactose + biscoito de polvilho s/ lactose + ponkan	Arroz doce com leite sem lactose + maçã	Suco integral de uva + pão integral sem lactose com requeijão sem lactose	Café com leite sem lactose + pão sem lactose + queijo sem lactose e margarina sem lactose	Suco integral de uva+ cachorro quente (pão sem lactose)+ pinhão + pipoca + bolo de milho sem lactose	CÁLCIO 265,31 FERRO 2,35	CÁLCIO 153,65 FERRO 2,32		
Jantar 16:30H/17:00H	Sopa de frango + mandioca+ beterraba+ abobrinha + caqui	Arroz, carreteiro, com cenoura, batata + salada de alface c/ tomate + ponkan	Sopa de feijão, com batata, carne, cenoura + laranja	Polenta + frango ao molho + salada de alface + maçã	Purê de batatas sem leite + carne moída ao molho + salada de beterraba + banana	VIT A 894,67 VIT C 51,62	VIT A 594,67 VIT C 30,27		
SEGUNDA 26/6/2023						INFORMAÇÃO NUTRICIONAL			
TERÇA 27/6/2023						MÉDIA SEMANAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL TARDE		
Desjejum 7:30H/8:00H	Suco de abacaxi natural + pão sem lactose com ovo + maçã	Vitamina de frutas (banana+mamão) com leite sem lactose + biscoito doce integral sem lactose	Suco integral de uva, pão integral sem lactose com requeijão sem lactose	Café com leite sem lactose + biscoito salgado integral sem lactose + banana	Suco integral de uva, pão hot dog sem lactose c/ ovo mexido, alface, cenoura ralada + bolo de laranja sem lactose	KCAL 896,31 CHO 184,25	KCAL 783,21 CHO 114,25		
Almôço 10:30H/11:00H	Arroz, feijão preto, Frango (sassami) grelhado, salada de alface + caqui	Arroz integral, feijão carioca, Carne moída ao molho, Polenta, salada de cenoura + banana	Arroz, feijão preto, Omelete assado, cenoura e abobrinha refogados + ponkan	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho, jardineira de legumes (brocolis, cenoura e couve flor) + maçã	Macarrão com molho de carne moída, salada de beterraba + mamão	PTN 31,24 LIP 28,54	PTN 21,31 LIP 24,53		
Lanche 14:00H/14:30H	Logure morango sem lactose + biscoito doce integral sem lactose + banana	Suco integral de uva, sanduíche de pão frito sem lactose+ queijo sem lactose + tomate + alface	Vitamina de frutas (banana+abacate) com leite sem lactose + biscoito doce integral sem lactose	Chá com leite sem lactose + pão sem lactose com manteiga sem lactose	Suco integral de uva, pão hot dog sem lactose c/ ovo mexido, alface, cenoura ralada + bolo de laranja sem lactose	CÁLCIO 241,37 FERRO 4,03	CÁLCIO 173,24 FERRO 3,04		
Jantar 16:30H/17:00H	Macarrão com carne moída + brócolis refogado + ponkan	Cenja (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata) + couve	Arroz carreteiro com cenoura, batata + salada de repolho + espinafre + caqui	Sopa de feijão, com batata, carne, cenoura + couve + laranja	Polenta + frango ao molho + salada de alface + banana	VIT A 2596,34 VIT C 61,32	VIT A 2996,65 VIT C 44,37		

Observações:

CMEI

RUTH BAKA

ALUNO

DIEGO DE SOUZA GONÇALVES

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

Camilie Consenteio de Carvalho
Mat Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO
Nº1102

Ligia Márcia Toledo Faria Vicente
Mat Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO
Nº2221

Lafayette Correa Costa Stofella
CRN 8º REGIÃO nº 6303
Coordenadora Operacional

Mariana Revolino Gonçalves
CRN 8º REGIÃO nº 14920
Nutricionista Controlador Operacional