



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



## NÍVEL DE ALUMÍNIO ELEVADO

|                      | SEGUNDA  | TERÇA  | QUARTA   | QUINTA   | SEXTA   | INFORMAÇÃO NUTRICIONAL      |                              |               |               |
|----------------------|--|--|--|--|---|-----------------------------|------------------------------|---------------|---------------|
|                      |  |  |  |  |   | MÉDIA SEMANAL MANHÃ         | MÉDIA SEMANAL TARDE          | MÉDIA SEMANAL | MÉDIA SEMANAL |
| Desjejum 7:30H/8:00H |  |  |  | 1/6/2023   | 2/6/2023  | KCAL 895,62<br>CHO 134,21   | KCAL 743,57<br>CHO 124,51    |               |               |
| Almoco 10:30H/11:00H |  |  |  | Arroz, feijão carioca, Batedo, farinha mandioca + salada tomate e cebola+ banana     | Arroz, feijão preto, Sobrecoxa ao molho com cenoura, salada de brócolis + portkan | PTN 38,54<br>LIP 24,32      | PTN 28,57<br>LIP 14,23       |               |               |
| Lanche 14:00H/14:30H |  |  |  | Salada de frutas (maçã, mamão, kiwi) com aveia                                       | Chá com leite+ biscoito salgado integral+ caqui                                   | CÁLCIO 425,62<br>FERRO 3,64 | CÁLCIO 195,54<br>FERRO 3,09  |               |               |
| Janter 16:30H/17:00H |  |  |  | Potentia+ frango ao molho + salada de açaia+ portkan                                 | Purê de batatas+ carne moída ao molho + salada de beterraba + banana              | VIT A 308,64<br>VIT C 69,32 | VIT A 492,32<br>VIT C 241,32 |               |               |
|                      | SEGUNDA  | TERÇA  | QUARTA   | QUINTA   | SEXTA   | INFORMAÇÃO NUTRICIONAL      |                              |               |               |
|                      | 6/6/2023   | 6/6/2023   | 7/6/2023   | 8/6/2023   | 9/6/2023  | MÉDIA SEMANAL MANHÃ         | MÉDIA SEMANAL TARDE          |               |               |
| Desjejum 7:30H/8:00H | Café com leite + pão integral +queijo e margarina  | Logure de morango+ biscoito doce integral + banana                                 | Vitamina de frutas (banana+abacate) + biscoito doce integral                     |  |   | KCAL 759,68<br>CHO 154,26   | KCAL 698,51<br>CHO 114,27    |               |               |
| Almoco 10:30H/11:00H | Arroz, Feijoad com cubos de carne bovina + Farinha de mandioca + laranja                     | Arroz, feijão carioca, Frango assado(sobrecoxa), creme de milho+ portkan           | Arroz, feijão preto, Carne ao molho, purê de batatas, salada de beterraba        |  |   | PTN 24,51<br>LIP 27,61      | PTN 25,61<br>LIP 13,27       |               |               |
| Lanche 14:00H/14:30H | Vitamina de frutas (maçã + mamão) + biscoito doce integral                                   | Suco de abacaxi natural + pão com ovo + caqui                                      | Suco integral de maçã+ bolo de fubá + laranja                                    |  |   | CÁLCIO 241,34<br>FERRO 3,95 | CÁLCIO 154,23<br>FERRO 4,02  |               |               |
| Janter 16:30H/17:00H | Risoto de frango (cenoura, batata,milho) + portkan   | Potentia + carne moída ao molho + abobrinha refogada + maçã                        | Sopa de frango + mandioca+ beterraba+ abobrinha + mamão                          |  |   | VIT A 589,64<br>VIT C 83,21 | VIT A 384,56<br>VIT C 102,32 |               |               |
|                      | SEGUNDA  | TERÇA  | QUARTA   | QUINTA   | SEXTA   | INFORMAÇÃO NUTRICIONAL      |                              |               |               |
|                      | 12/6/2023  | 13/6/2023  | 14/6/2023  | 15/6/2023  | 16/6/2023   | MÉDIA SEMANAL MANHÃ         | MÉDIA SEMANAL TARDE          |               |               |
| Desjejum 7:30H/8:00H | Café com leite + biscoito salgado integral + laranja   | Leite com mamão+Bolo cenoura sem cobertura   | Suco de abacaxi natural + pão com ovo + caqui                                    | Salada de frutas( maçã, mamão, carambola) com aveia                                  | Chá com leite + pão + manteiga  | KCAL 834,51<br>CHO 138,55   | KCAL 695,51<br>CHO 152,34    |               |               |
| Almoco 10:30H/11:00H | Arroz integral, feijão preto, Frango (sossam) ao molho, salada de chuchu com cenoura + caqui | Arroz, feijão carioca, Carne bovina ao molho com mandioca + salada de açaia + maçã | Arroz, feijão preto, Sobrecoxa ao molho com cenoura, salada de brócolis + banana | Arroz, feijão carioca, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de couve flor | Arroz, feijão preto, Quibe assado, salada de repolho + portkan                    | PTN 34,28<br>LIP 20,64      | PTN 24,31<br>LIP 18,51       |               |               |
| Lanche 14:00H/14:30H | Suco de abacaxi natural+ pão+ c/ovo + maçã   | Salada de frutas( maçã, mamão, carambola) com aveia                                | Suco integral de uva + pipoca salgada + maçã                                     | Leite com banana + bolo de laranja   | logure de morango + biscoito doce integral + banana                               | CÁLCIO 274,53<br>FERRO 4,98 | CÁLCIO 235,24<br>FERRO 2,61  |               |               |
| Janter 16:30H/17:00H | Potentia com almondegas ao molho, salada de beterraba + portkan                              | Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata) + laranja                        | Arroz carreteiro, com cenoura, batata + salada de tomate + caqui                 | Macarão com carne moída + brócolis refogado + mamão                                  | Risoto de frango (cenoura, batata, milho) + maçã                                  | VIT A 421,34<br>VIT C 46,51 | VIT A 489,64<br>VIT C 351,24 |               |               |

Observações: Não consumir alimentos e líquidos que tenham contato com o alumínio. Não utilizar utensílios de alumínio.

CMEI

ALUNO

MARIO ROQUE

NYCOLAS MANOEL DA SILVA FERREIRA

Patrícia dos Santos Alves Garcia  
Mat Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO  
Nº1781Camille Consentino de Carvalho  
Mat Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO  
Nº1102Ligia Alberta Toledo Faria Vicente  
Mat Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO  
Nº2321Liliane Correia Costa Sotelo  
CRN 8º REGIÃO nº 6103  
Coordenadora OperacionalMariana Revellim Gonçalves  
CRN 8º REGIÃO nº 14920  
Nutricionista Coordenadora Operacional



## NÍVEL DE ALUMÍNIO ELEVADO

| 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 + pão integral + queijo e margarina  | Suco integral de uva, sanduíche de pão fatiado + queijo+ tomate + alface                  | logurte morango+ biscoito doce integral + banana  | Chá com leite+ biscoito salgado + maçã  | Suco integral de uva+ cachorro quente + pinhão + pipoca + bolo de milho                   | KCAL                   | 895,61  | KCAL                | 821,32  |
|                      |   |   |   |   |   | CHO                    | 134,21  | CHO                 | 114,27  |
| Almoço 10:30H/1:00H  | 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 c/ tomate + caqui | Arroz, feijão carioca, Bolinho de carne ao molho, salada de aceia + pontkan                           | Macarão com frango ao molho destiçado + salada de cenoura com chuchu + laranja            | PTN                    | 27,51   | PTN                 | 23,61   |
|                      |   |   |   |   |   | LIP                    | 29,64   | LIP                 | 19,64   |
| Lanche 14:00H/14:30H | Chá com leite + biscoito de polvilho + pontkan  | Arroz doce + maçã   | Suco integral de uva + pão integral com requeijão   | Café com leite + pão + queijo e margarina   | Suco integral de uva+ cachorro quente + pinhão + pipoca + bolo de milho                   | CÁLCIO                 | 245,31  | CÁLCIO              | 164,25  |
|                      |   |   |   |   |   | FERRO                  | 3,95    | FERRO               | 2,94    |
| Jantar 16:30H/17:00H | Sopa de frango + mandioca+ beterraba+ abobrinha + caqui                                     | Arroz carreteiro com cenoura, batata + salada de alface c/ tomate + pontkan               | Sopa de feijão, com batata, carne, cenoura + laranja  | Polenta + frango ao molho + salada de aceia + maçã  | Purê de batatas + carne moída ao molho + salada de beterraba + banana                     | VIT A                  | 2995,51 | VIT A               | 2884,61 |
|                      |   |   |   |   |   | VIT C                  | 58,54   | VIT C               | 44,31   |
| SEGUNDA              |   | TERÇA   | QUARTA  | QUINTA  | SEXTA   | INFORMAÇÃO NUTRICIONAL |         |                     |         |
| 26/6/2023            |   | 27/6/2023   | 28/6/2023   | 29/6/2023   | 30/6/2023   | MÉDIA SEMANAL MANHÃ    |         | MÉDIA SEMANAL TARDE |         |
| Desjejum 7:30H/8:00H | Suco de abacaxi natural + pão com ovo + maçã  | Vitamina de frutas (banana+mamão) + biscoito doce integral                                | Suco integral de uva, pão integral com requeijão  | Café com leite + biscoito salgado integral + banana   | Suco integral de uva, pão hot dog c/ ovo mexido, alface, cenoura ralada + bolo de laranja | KCAL                   | 866,31  | KCAL                | 726,31  |
|                      |   |   |   |   |   | CHO                    | 154,21  | CHO                 | 115,24  |
| Almoço 10:30H/1:00H  | Arroz, feijão preto, Frango (salsami) grelhado, salada de aceia + caqui                     | Arroz integral, feijão carioca, Carne moída ao molho, Polenta, salada de cenoura + banana | Arroz, feijão preto, Omelete assado, cenoura e abobrinha refogados + pontkan                              | Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho, Jardineira de legumes (brócolis, cenoura e couve flor) + maçã | Macarão com molho de carne moída, salada de beterraba + mamão                             | PTN                    | 31,57   | PTN                 | 23,21   |
|                      |   |   |   |   |   | LIP                    | 30,26   | LIP                 | 25,38   |
| Lanche 14:00H/14:30H | logurte morango+ biscoito doce integral + banana  | Suco integral de uva, sanduíche de pão fatiado+ queijo+ tomate + alface                   | Vitamina de frutas (banana+abacate) + biscoito doce integral  | Chá com leite+ pão com manteiga   | Suco integral de uva, pão hot dog c/ ovo mexido, alface, cenoura ralada + bolo de laranja | CÁLCIO                 | 248,95  | CÁLCIO              | 172,51  |
|                      |   |   |   |   |   | FERRO                  | 4,33    | FERRO               | 3,05    |
| Jantar 16:30H/17:00H | Macarão com carne moída + brócolis refogado + pontkan                                       | Canja (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 aceia + banana                                      | VIT A                  | 2995,32 | VIT A               | 3126,57 |
|                      |   |   |   |   |   | VIT C                  | 61,23   | VIT C               | 44,28   |


Observações: Não consumir alimentos e líquidos que tenham contato com o alumínio. Não utilizar utensílios de alumínio.

CMEI


ALUNO

MARIO ROQUE

NYCOLAS MANOEL DA SILVA FERREIRA

  
 Patricia dos Santos Alves Garcia  
 Mat Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO  
 Nº1751

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

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

  
 Lidiane Correia Costa Sotelli  
 CRN 8º REGIÃO nº 6303  
 Coordenadora Operacional

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