

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA		SEXTA	INFORMAÇÃO NUTRICIONAL			
				16/6/2023	21/6/2023		MÉDIA SEMANAL	MANHÃ	MÉDIA SEMANAL	TARDE
Desjejum 7:30H/8:00H				Café com leite vegetal + biscoito de polvilho sem leite sem ovo + mamão		Leite vegetal com maçã + Bolo de laranja sem leite e sem ovos	KCAL	824,34	KCAL	724,31
							CHO	127,65	CHO	142,74
Almoço 10:30H/11:00H				Arroz, feijão carioca, Barreado, farinha mandioca + salada tomate e cebola + banana		Arroz, feijão preto, Sobrecoxa ao molho com cenoura, salada de brócolis + ponkan	PTN	32,62	PTN	21,31
							LIP	21,04	LIP	11,37
Lanche 14:00H/14:30H				Salada de frutas (maçã, mamão, kiwi) com aveia		Chá com leite vegetal + biscoito salgado integral sem leite e sem ovos + caqui	CÁLCIO	421,34	CÁLCIO	164,37
							FERRO	3,07	FERRO	3,64
Jantar 16:30H/17:00H				Polenta+ frango ao molho + salada de aceitola + ponkan		Purê de batatas sem leite + carne moída ao molho + salada de beterraba + banana	VIT A	305,61	VIT A	441,27
							VIT C	63,27	VIT C	209,67
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA		INFORMAÇÃO NUTRICIONAL			
	5/6/2023	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 vegetal + pão integral sem leite e sem ovos + creme vegetal	logurte de morango vegano + biscoito doce integral sem leite e sem ovos + banana	Vitamina de frutas (banana+abacate) com leite vegetal + biscoito doce integral sem leite e sem ovos				KCAL	764,31	KCAL	764,53
							CHO	159,67	CHO	111,32
							PTN	21,34	PTN	21,34
							LIP	20,37	LIP	12,64
Almoço 10:30H/11:00H	Arroz, Feijoadá com cubos de carne bovina + Farinha de mandioca + laranja	Arroz, feijão carioca, Frango assado (sobrecoxa), milho e cenoura refogados+ ponkan	Arroz, feijão preto, Carne ao molho, purê de batatas sem leite, salada de beterraba				CÁLCIO	395,31	CÁLCIO	153,24
							FERRO	3,94	FERRO	3,54
Lanche 14:00H/14:30H	Vitamina de frutas (maçã + mamão) + com leite vegetal + biscoito doce integral sem leite e sem ovos	Suco de abacaxi natural + pão sem leite sem ovos com frango desfiado + caqui	Suco integral de maçã+ bolo de fuba sem leite e sem ovos + laranja				VIT A	534,67	VIT A	364,51
							VIT C	71,24	VIT C	123,42
Jantar 16:30H/17:00H	Risoto de frango (cenoura, batata,milho) + ponkan	Polenta + carne moída ao molho + abobrinha refogada + maçã	Sopa de frango + mandioca+ beterraba+ abobrinha + mamão				INFORMAÇÃO NUTRICIONAL			
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA		MÉDIA SEMANAL	MANHÃ	MÉDIA SEMANAL	TARDE
	12/6/2023	13/6/2023	14/6/2023	15/6/2023	16/6/2023		KCAL	859,65	KCAL	854,31
Desjejum 7:30H/8:00H	Café com leite vegetal + biscoito salgado integral sem leite e sem ovos + laranja	Leite vegetal com mamão + Bolo cenoura sem cobertura sem leite e sem ovos	Suco de abacaxi natural + pão sem leite e sem ovos com carne desfiada + caqui	Salada de frutas (maçã, mamão, carambola) com aveia	Chá com leite vegetal + pão sem leite e sem ovos + creme vegetal		CHO	124,36	CHO	151,84
							PTN	34,57	PTN	22,31
							LIP	23,67	LIP	25,31
Almoço 10:30H/11:00H	Arroz integral, feijão preto, Frango (salsinha) ao molho, salada de chuchu com cenoura + caqui	Arroz, feijão carioca, Carne bovina ao molho com mandioca + salada de alicace + maçã	Arroz, feijão preto, Sobrecoxa ao molho com cenoura, salada de brócolis + banana	Arroz, feijão carioca, Peixe ao molho, Purê do molho de peixe, salada de couve flor	Arroz, feijão preto, Quibe assado s/ ovos, salada de repolho + ponkan		CÁLCIO	324,57	CÁLCIO	254,87
							FERRO	4,21	FERRO	2,37
Lanche 14:00H/14:30H	Suco de abacaxi natural + pão sem leite sem ovos com frango desfiado + maçã	Salada de frutas (maçã, mamão, carambola) com aveia	Suco integral de uva + pipoca salgada + maçã	Leite vegetal com banana + bolo de laranja sem leite e sem ovos	logurte de morango vegano + biscoito doce integral sem leite e sem ovos + banana		VIT A	599,64	VIT A	412,35
							VIT C	41,27	VIT C	384,21
Jantar 16:30H/17:00H	Polenta com almeirão ao molho, salada de beterraba + ponkan	Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata) + laranja	Arroz carreteiro com cenoura, batata + salada de tomate + caqui	Macarrão sem ovos com carne moída + brócolis refogado + mamão	Risoto de frango (cenoura, batata,milho) + maçã					

Observação: somente adicionar leite vegetal quando descrito no cardápio.

CMEI

ALUNO

CEI ROSÁRIO

MIGUEL DE FREITAS CORREIA

Patricia dos Santos Alves Garcia
Mat Funcional nº 7393 CRN 3º REGIÃO
Nº1781

Cemile Consistentino de Carvalho
Mat Funcional nº 7394 CRN 3º REGIÃO
Nº1102

Ligia Marcia Toledo Faria Vicente
Mat Funcional nº 11146 CRN 3º REGIÃO
Nº2321

Idalene Cordeiro Costa Soares
CRN 3º REGIÃO nº 14920
Coordenadora Operacional

Mariana Ravello dos Gonçalves
CRN 3º REGIÃO nº 14920
Nutricionista Coordenadora Operacional

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	MÉDIA SEMANAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL TARDE
Desjejum 7:30H/8:00H	Café com leite vegetal + pão integral sem leite e sem ovos + creme vegetal	Suco integral de uva, sanduíche de pão frito sem leite e sem ovos + creme vegetal + tomate + alicia	logurte de morango vegano + biscoito doce integral sem leite e sem ovos + banana	Chá com leite vegetal + biscoito salgado sem leite e sem ovos + maçã	Suco integral de uva + cachorro quente (pão sem leite e sem ovos) + pinhão + pipoca + bolo de fubá sem leite e ovos	KCAL 842,31	KCAL 871,34	CHO 124,32	CHO 116,24
Almoco 10:30H/11:00H	Arroz, feijão preto, Carne moída com legumes (abobrinha e cenoura), salada de alface + maçã	Arroz, feijão carioca, Frango grelhado, Abóbora refogada + laranja	Arroz, feijão preto, Frango ao molho com legumes (batata e abobrinha), salada de pepino e tomate + caqui	Arroz, feijão carioca, Bolinho de carne s/ ovos ao molho, salada de alface + ponkan	Macarrão sem ovos com frango ao molho desfiado + salada de cenoura com chuchu + laranja	PTN 24,67	PTN 23,75	LIP 24,61	LIP 14,2
Lanche 14:00H/14:30H	Chá com leite vegetal + biscoito de polvilho sem leite sem ovos + ponkan	Arroz doce com leite vegetal + maçã	Suco integral de uva + pão integral sem leite e sem ovos com creme vegetal	Café com leite vegetal + pão sem leite e sem ovos + creme vegetal	Suco integral de uva + cachorro quente (pão sem leite e sem ovos) + pinhão + pipoca + bolo de fubá sem leite e ovos	CALCIO 235,64	CALCIO 154,36	FERRO 2,37	FERRO 2,57
Jantar 16:30H/17:00H	Sopa de frango + mandioca + beterraba + abobrinha + caqui	Arroz carreteiro com cenoura, batata + salada de alface e/ tomate + ponkan	Sopa de feijão com macarrão sem ovos 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 864,59	VIT A 485,61	VIT C 51,32	VIT C 25,34
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	MÉDIA SEMANAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL TARDE
Desjejum 7:30H/8:00H	Suco de abacaxi natural + pão sem leite e sem ovos com carne desfiada + maçã	Vitamina de frutas (banana+maçã) com leite vegetal + biscoito doce integral s/ leite s/ ovos	Suco integral de uva, pão integral s/ leite s/ ovos com creme vegetal	Café com leite vegetal + biscoito salgado integral sem leite sem ovos+ banana	Suco integral de uva, pão sem leite e sem ovos com frango desfiado, alface, cenoura ralada + bolo de laranja s/ leite s/ ovos	KCAL 862,54	KCAL 724,31	CHO 157,64	CHO 113,24
Almoco 10:30H/11:00H	Arroz, feijão preto, Frango (salsão) grelhado, salada de alface + caqui	Arroz integral, feijão carioca, Carne moída ao molho, Polenta, salada de cenoura + banana	Arroz, feijão preto, Frango grelhado, cenoura e abobrinha refogados + ponkan	Arroz, feijão carioca, Frango ao molho, jardineira de legumes (brócolis, cenoura e couve flor) + maçã	Macarrão sem ovos com molho de carne moída, salada de beterraba + manjão	PTN 31,24	PTN 22,31	LIP 27,64	LIP 24,53
Lanche 14:00H/14:30H	logurte de morango vegano + biscoito doce integral sem leite e sem ovos + banana	Suco integral de uva, sanduíche de pão frito sem leite sem ovos + creme vegetal + tomate + alface	Vitamina de frutas (banana+abacaxi) com leite vegetal + biscoito doce integral sem leite e sem ovos	Chá com leite vegetal + pão sem leite e sem ovos com creme vegetal	Suco integral de uva, pão sem leite e sem ovos com frango desfiado, alface, cenoura ralada + bolo de laranja s/ leite s/ ovos	CALCIO 253,67	CALCIO 173,24	FERRO 4,03	FERRO 3,04
Jantar 16:30H/17:00H	Macarrão sem ovos com carne moída + brócolis refogado + ponkan	Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata) + couve	Arroz carreteiro com cenoura, batata + salada de repolho + espinafre + caqui	Sopa de feijão com macarrão sem ovos com batata, carne, cenoura + laranja	Polenta + frango ao molho + salada de alface + banana	VIT A 2443,62	VIT A 2331,24	VIT C 61,32	VIT C 44,37
Observação: somente adicionar leite vegetal quando descrito no cardápio.									
CMEI					ALUNO				
CEI ROSÁRIO					MIGUEL DE FREITAS CORREIA				
Patricia dos Santos Alves Garcia Mat Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO Nº 781					Camille Consistentino de Carvalho Mat Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO Nº 1102				
Ligia Marchi Toledo Faria Vicente Mat Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO Nº 2321					Eliane Correa Costa Stefella CRN 8º REGIÃO nº 6303 Coordenadora Operacional				
Mariana Revolinho Gonçalves CRN 8º REGIÃO nº 14920 Nutricionista Controlador Operacional									