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

AUTISMO - SELETIVIDADE ALIMENTAR

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
				1/6/2023	2/6/2023
Desjejum 7:30H/8:00H				Café com leite + biscoito de polvilho+ mamão	Leite com maçã+ Bolo de laranja
Almoço 10:30H/11:00H				Arroz, caldo de feijão carioca, Barreado, purê de batatas + salada tomate e cebola+ banana	Arroz, caldo de feijão preto, Sobrecoxa ao molho com cenoura, purê de batatas + salada de brócolis + ponkan
Lanche 14:00H/14:30H				Salada de frutas (maçã, mamão, kiwi) com aveia	Chá com leite+ biscoito salgado integral+ caqui
Jantar 16:30H/17:00H				Purê de batatas + frango ao molho + salada de acelga + ponkan	Purê de batatas+ carne moída ao molho + salada de beterraba + banana

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL			
MÉDIA SEMANAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL TARDE	
KCAL	856,31	KCAL	756,37
CHO	125,64	CHO	123,67
PTN	39,64	PTN	24,56
LIP	21,34	LIP	13,28
CÁLCIO	463,21	CÁLCIO	158,62
FERRO	3,85	FERRO	3,01
VIT A	306,21	VIT A	432,31
VIT C	67,54	VIT C	241,32

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	5/6/2023	6/6/2023	7/6/2023	8/6/2023	9/6/2023
Desjejum 7:30H/8:00H	Café com leite + pão integral +queijo e margarina	Iogurte de morango+ biscoito doce integral + banana	Vitamina de frutas (banana+abacate) + biscoito doce integral	FERIADO	RECESSO
Almoço 10:30H/11:00H	Arroz, caldo de feijão preto + cubos de carne bovina + purê de batatas + laranja	Arroz, caldo de feijão carioca, Frango assado(sobrecoxa), purê de batatas + ponkan	Arroz, caldo de feijão preto, Carne ao molho, purê de batatas, salada de beterraba		
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		
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			
MÉDIA SEMANAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL TARDE	
KCAL	739,64	KCAL	726,34
CHO	154,26	CHO	114,27
PTN	24,51	PTN	25,61
LIP	27,61	LIP	13,27
CÁLCIO	241,34	CÁLCIO	154,23
FERRO	3,95	FERRO	4,02
VIT A	589,64	VIT A	384,56
VIT C	83,21	VIT C	102,32

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	12/6/2023	13/6/2023	14/6/2023	15/6/2023	16/6/2023
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
Almoço 10:30H/11:00H	Arroz integral,caldo de feijão preto, Frango (sassami) ao molho, pure de batatas, salada de chuchu com cenoura + caqui	Arroz, caldo de feijão carioca, Carne bovina ao molho + purê de batatas + salada de alface + maçã	Arroz, caldo de feijão preto, Sobrecoxa ao molho com cenoura + purê de batatas, salada de brócolis + banana	Arroz, caldo de feijão carioca, Peixe ao molho, purê de batatas, salada de couve flor	Arroz, caldo de feijão preto, Quibe assado + purê de batatas , salada de repolho + ponkan
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	Iogurte de morango + biscoito doce integral + banana
Jantar 16:30H/17:00H	Polenta com almôndegas ao molho, salada de beterraba + ponkan	Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata) + laranja	Arroz carreteiro com cenoura, batata + salada de tomate + caqui	Macarrão com carne moida + brócolis refogado + mamão	Risoto de frango (cenoura, batata,milho) + maçã

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL			
MÉDIA SEMANAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL TARDE	
KCAL	834,51	KCAL	685,51
CHO	138,56	CHO	152,34
PTN	34,28	PTN	24,31
LIP	20,64	LIP	18,51
CÁLCIO	274,53	CÁLCIO	235,24
FERRO	4,98	FERRO	2,61
VIT A	421,34	VIT A	489,64
VIT C	46,51	VIT C	351,24

Observações: Período Manhã – Arroz + Caldo de feijão + Purê de batatas + Frutas

CMEI	ALUNO
JURANDIR	PEDRO PIRES FERREIRA DA SILVA

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

Camile Consentino de Carvalho
Mat Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO
Nº1102

Ligia Marcia Toledo Faria Vicente
Mat Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO
Nº2331

Lidianne Correia Costa Stofella
CRN 8º REGIÃO nº 6363
Coordenadora Operacional

Marianna Revoltino Gonçalves
CRN 8º REGIÃO nº 14920
Nutricionista Controller Operacional

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

AUTISMO - SELETIVIDADE ALIMENTAR

	SEGUNDA 19/6/2023	TERÇA 20/6/2023	QUARTA 21/6/2023	QUINTA 22/6/2023	SEXTA 23/6/2023
Desjejum 7:30H/8:00H	Café com leite + pão integral +queijo e margarina	Suco integral de uva, sanduíche de pão fatiado+ queijo+ tomate + alface	Iogurte morango+ biscoito doce integral + banana	Chá com leite+ biscoito salgado + maçã	Suco integral de uva+ cachorro quente + pinhão + pipoca + bolo de milho
Almoço 10:30H/11:00H	Arroz, caldo de feijão preto, Carne moída + purê de batatas, salada de alface + maçã	Arroz, caldo de feijão carioca, Ovos mexidos, purê de batatas + laranja	Arroz, caldo de feijão preto, Frango ao molho com legumes (batata e abobrinha) + purê de batatas e salada de pepino c/tomate + caqui	Arroz,caldo de feijão carioca, Bolinho de carne ao molho + purê de batatas + salada de acelga + ponkan	Macarrão com frango ao molho desfiado + salada de cenoura com chuchu + laranja
Lanche 14:00H/14:30H	Chá com leite + biscoito de polvilho + ponkan	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
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 acelga + maçã	Purê de batatas + carne moída ao molho + salada de beterraba + banana

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL			
MÉDIA SEMANAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL TARDE	
KCAL	824,31	KCAL	689,51
CHO	125,37	CHO	149,32
PTN	33,61	PTN	25,63
LIP	22,37	LIP	14,27
CÁLCIO	296,58	CÁLCIO	301,21
FERRO	5,62	FERRO	2,61
VIT A	415,62	VIT A	489,64
VIT C	41,37	VIT C	351,24

	SEGUNDA 26/6/2023	TERÇA 27/6/2023	QUARTA 28/6/2023	QUINTA 29/6/2023	SEXTA 30/6/2023
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
Almoço 10:30H/11:00H	Arroz,caldo de feijão preto, Frango (sassami) grelhado, purê de batatas salada de acelga + caqui	Arroz integral,caldo de feijão carioca, Carne moída ao molho, purê de batatas, salada de cenoura + banana	Arroz, caldo de feijão preto, Omelete assado, purê de batatas + ponkan	Arroz, caldo de Feijão carioca, Frango ao molho, jardineira de legumes (brócolis, cenoura e couve flor) + purê de batatas + maçã	Macarrão com molho de carne moída, salada de beterraba + mamão
Lanche 14:00H/14:30H	Iogurte 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
Jantar 16:30H/17:00H	Macarrão com carne moida + brócolis refogado + ponkan	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 acelga + banana

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL			
MÉDIA SEMANAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL TARDE	
KCAL	823,34	KCAL	724,51
CHO	124,67	CHO	137,64
PTN	33,69	PTN	24,31
LIP	23,15	LIP	13,21
CÁLCIO	285,61	CÁLCIO	302,61
FERRO	4,69	FERRO	2,16
VIT A	423,32	VIT A	458,91
VIT C	41,37	VIT C	342,20

Observações: Período Manhã - Arroz + Caldo de feijão + Purê de batatas + Frutas

CMEI	ALUNO
JURANDIR	PEDRO PIRES FERREIRA DA SILVA

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

Camile Consentino de Carvalho
Mat Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO
Nº1102

Lígia Márcia Toledo Faria Vicente
Mat Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO
Nº2321

Lidianne Correia Costa Stofella
CRN 8º REGIÃO nº 6303
Coordenadora Operacional

Mirianna Revoltino Gonçalves
CRN 8º REGIÃO nº 14920
Nutricionista Controller Operacional