

INTOLERÂNCIA À LACTOSE + SEM PEIXE

| SEGUNDA | | TERÇA | QUARTA | QUINTA | SEXTA | MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ | | MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE | |
|----------------------|--|--|--|---|--|---------------------------------------|---------|---------------------------------------|---------|
| 3/7/2023 | | 4/7/2023 | 5/7/2023 | 6/7/2023 | 7/7/2023 | KCAL | g | KCAL | g |
| Desjejum 7:30H/8:00H | Leite s/ lactose com mamão + biscoito de polvilho salgado s/ lactose | Chá com leite s/ lactose + pão frito integral s/ lactose + manteiga s/ lactose | Suco integral de Uva+ Sanduíche de pão frito s/ lactose + queijo s/ lactose + alicace+tomate | Suco integral de maçã + bolo de tuba s/ lactose + ponkan | | CHO | 125,34 | CHO | 113,67 |
| Almoço 10:30H/1:00H | Arroz + feijão preto + carne ao molho + pure de batatas s/ leite + salada de beterraba | Arroz + feijão carioca, frango assado (sobrecocoxa) + milho e cenoura refogados + maçã | Arroz + feijão preto + carne moída com legumes (brócolis e cenoura) + salada de alicace + mamão picado | Arroz + feijão carioca + frango grelhado + abobrinha e cenoura refogada + salada de alicace | | PTN | 21,39 | PTN | 21,34 |
| Lanche 14:00H/14:30H | Café com leite s/ lactose + pão frito integral s/ lactose + margarina s/ lactose | Suco integral de maçã + bolo de tuba s/ lactose + ponkan | Vitamina de banana e abacate com leite s/ lactose + Biscoito doce integral s/ lactose | Chá com leite s/ lactose + pão frito integral s/ lactose + manteiga s/ lactose | FÉRIAS ESCOLARES | LIP | 18,65 | LIP | 10,26 |
| Jantar 16:00H/16:30H | Sopa de frango + mandioca + beterraba + abobrinha+ Maçã | Polenta com almondegas ao molho + salada de beterraba+ laranja | Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata) + ponkan | Purê de batatas s/ leite + carne moída ao molho + salada de alicace+ banana | | FERRO | 3,58 | FERRO | 3,56 |
| | SEGUNDA | TERÇA | QUARTA | QUINTA | SEXTA | VITAMINA A | 548,94 | VITAMINA A | 352,54 |
| | 10/7/2023 | 11/7/2023 | 12/7/2023 | 13/7/2023 | 14/7/2023 | VITAMINA C | 81,23 | VITAMINA C | 103,25 |
| Desjejum 7:30H/8:00H | | | | | | MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ | | MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE | |
| Almoço 10:30H/1:00H | FÉRIAS ESCOLARES | FÉRIAS ESCOLARES | FÉRIAS ESCOLARES | FÉRIAS ESCOLARES | FÉRIAS ESCOLARES | KCAL | Kcal | KCAL | Kcal |
| Lanche 14:00H/14:30H | | | | | | CHO | 9 | CHO | 9 |
| Jantar 16:00H/16:30H | | | | | | PTN | 9 | PTN | 9 |
| | | | | | | LIP | 9 | LIP | 9 |
| | | | | | | CALCIO | 9 | CALCIO | 9 |
| | | | | | | FERRO | 9 | FERRO | 9 |
| | | | | | | VITAMINA A | 9 | VITAMINA A | 9 |
| | | | | | | VITAMINA C | 9 | VITAMINA C | 9 |
| | SEGUNDA | TERÇA | QUARTA | QUINTA | SEXTA | MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ | | MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE | |
| | 17/7/2023 | 18/7/2023 | 19/7/2023 | 20/7/2023 | 21/7/2023 | KCAL | Kcal | KCAL | Kcal |
| Desjejum 7:30H/8:00H | | | | | | CHO | 124,37 | CHO | 123,54 |
| Almoço 10:30H/1:00H | FÉRIAS ESCOLARES | FÉRIAS ESCOLARES | FÉRIAS ESCOLARES | Arroz + feijão carioca + ovos mexidos + abóbora refogada + laranja | Arroz + feijão preto + quibe assado + salada de repolho + ponkan | PTN | 26,38 | PTN | 24,63 |
| Lanche 14:00H/14:30H | | | | | | LIP | 26,31 | LIP | 28,69 |
| Jantar 16:00H/16:30H | | | | | | CALCIO | 212,32 | CALCIO | 265,86 |
| | | | | | | FERRO | 2,69 | FERRO | 3,27 |
| | | | | | | VITAMINA A | 2416,37 | VITAMINA A | 2889,67 |
| | | | | | | VITAMINA C | 59,63 | VITAMINA C | 58,61 |

Observações:

CMEI RUTH BAKA

ALUNO

DIEGO DE SOUZA GONÇALVES

Patricia dos Santos Alves Garcia
Matr Funcional nº 7893 C.R.N. 8º REGIÃO
Nº1781

Camile Consistentino de Carvalho
Matr Funcional nº 7894 C.R.N. 8º REGIÃO
Nº1102

Lígia Mariza Toledo Faria Vicente
Matr Funcional nº 11146 C.R.N. 8º REGIÃO
Nº321

Liliane Garcia Costa Sáfella
C.R.N. 8º REGIÃO nº 6003
Coordenadora Operacional

Martina Resvelli Gonçalves
C.R.N. 8º REGIÃO nº 14920
Bibliotecária e Controlador Operacional

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

INTOLERÂNCIA À LACTOSE + SEM PEIXE

| | SEGUNDA | TERÇA | QUARTA | QUINTA | SEXTA | MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ | | MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE | |
|----------------------|---|---|--|---|--|---------------------------------------|------|---------------------------------------|------|
| | 24/7/2023 | 25/7/2023 | 26/7/2023 | 27/7/2023 | 28/7/2023 | KCAL | Kcal | KCAL | Kcal |
| Desjejum 7:30H/8:00H | Suco de abacaxi natural + pão s/ lactose com ovo + maçã | Leite s/ lactose com mamão + bolo de laranja s/ lactose | Logurite morango s/ lactose + biscoito doce integral s/ lactose + banana | Salada de frutas (banana, mamão, morango) com aveia | Suco integral de uva+ pão s/ lactose com frango desfiado + alface + cenoura ralada + bolo de chocolate s/ cobertura s/ lactose | 856,95 | 9 | 763,21 | 9 |
| Almoco 10:30H/11:00H | Arroz + feijão preto, sobrecoxa ao molho com cenoura + salada de brócolis + laranja | Arroz, feijão carioca, Bolinho de carne ao molho, salada de acelga + ponkan | Arroz + feijão preto + frango ao molho + jardineira de legumes (couve-flor, cenoura e brócolis) + mamão picado | Arroz + feijão carioca, barrado + farinha de mandioca + salada de tomate e cebola + laranja | Macarrão com carne moída +salada de alface+maçã | PTN 33,28 | 9 | PTN 22,67 | 9 |
| Lanche 14:00H/14:30H | Sagu + maçã | Suco integral de uva + pão integral s/ lactose com requeijão s/ lactose | Salada de frutas (banana, mamão, morango) com aveia | Café com leite s/ lactose + biscoito salgado integral s/ lactose + maçã | Suco integral de uva+ pão s/ lactose com frango desfiado + alface + cenoura ralada + bolo de chocolate s/ cobertura s/ lactose | CAICIO 248,97 | Mg | CAICIO 125,69 | Mg |
| Jantar 16:00H/16:30H | Sopa de feijão, com batata, carne, cenoura + ponkan | Potencia + frango ao molho + salada de acelga + maçã | Purê de batatas s/ leite + carne moída ao molho + salada de beterraba + laranja | Arroz carreteiro com cenoura, batata + salada de alface+banana | Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata) +mamão | FERRO 4,36 | Mg | FERRO 3,29 | Mg |
| SEGUNDA 31/7/2023 | | | | | | VITAMINA A 2553,69 | Mcg | VITAMINA A 2589,61 | Mcg |
| TERÇA | | | | | | VITAMINA C 61,37 | Mg | VITAMINA C 44,32 | Mg |
| QUARTA | | | | | | MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ | | | |
| QUINTA | | | | | | KCAL 896,54 | Kcal | KCAL 769,32 | Kcal |
| SEXTA | | | | | | CHO 124,37 | g | CHO 152,34 | g |
| Desjejum 7:30H/8:00H | | | | | | PTN 24,63 | g | PTN 24,36 | g |
| Almoco 10:30H/11:00H | | | | | | LIP 21,36 | g | LIP 13,27 | g |
| Lanche 14:00H/14:30H | | | | | | CAICIO 412,30 | Mg | CAICIO 185,64 | Mg |
| Jantar 16:00H/16:30H | | | | | | FERRO 3,29 | Mg | FERRO 2,36 | Mg |
| | | | | | | VITAMINA A 306,24 | Mg | VITAMINA A 425,31 | Mg |
| | | | | | | VITAMINA C 61,39 | Mg | VITAMINA C 211,32 | Mg |

Observações:

CMEI

RUTH BAKA

ALUNO

DIEGO DE SOUZA GONÇALVES

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

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

Lígia Maria Toledo Faria Vicente
Mat Funcional nº 7896 CRN 8ª REGIÃO
Nº321

Lidiane Correa Costa Sotella
CRN 8ª REGIÃO nº 6340
Coordenadora Operacional

Mariana Revelino Gonçalves
CRN 8ª REGIÃO nº 19729
Nutricionista Controlador Operacional