

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



SEGUNDA		TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ				MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE			
3/7/2023		4/7/2023	6/7/2023	6/7/2023	7/7/2023	KCAL	843,62	Kcal	KCAL	675,42	Kcal		
Desjejum 7:30H/8:00H	Leite com mamão + biscoito de polvilho salgado	Chá com leite + pão fatiado integral + manteiga	Suco integral de Uva+ Sanduiche de pão fatiado + queijo+ alicace+tomate	Suco integral de maçã + bolo de fuba + ponkan	FÉRIAS ESCOLARES	CHO	152,34	g	CHO	112,34	g		
Almôço 10:30H/11:00H	Arroz + feijão preto + carne ao molho + pure de batatas + salada de beterraba	Arroz + feijão carioca, frango assado (sobrecoxa) + creme de milho + maçã	Arroz + feijão preto + carne moída com legumes (brócolis e cenoura) + salada de alicace + mamão picado	Arroz + feijão carioca + peixe ao molho + pitão de peixe + salada de alicace		PTN	23,61	g	PTN	20,32	g		
Lanche 14:00H/14:30H	Café com leite + pão fatiado + queijo + margarina	Suco integral de maçã + bolo de fuba + ponkan	Vitamina de banana e abacate + biscoito doce integral	Chá com leite + pão fatiado + manteiga		LIP	25,31	g	LIP	11,27	g		
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	Pure de batatas + carne moída ao molho + salada de alicace+ banana		CALCIO	231,20	Mg	CALCIO	136,24	Mg		
						FERRO	4,25	Mg	FERRO	4,02	Mg		
						VITAMINA A	569,67	Mcg	VITAMINA A	325,34	Mcg		
						VITAMINA C	84,32	Mg	VITAMINA C	101,37	Mg		
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ				MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE			
	10/7/2023	11/7/2023	12/7/2023	13/7/2023	14/7/2023	KCAL		Kcal	KCAL		Kcal		
Desjejum 7:30H/8:00H						CHO		g	CHO		g		
Almôço 10:30H/11:00H						PTN		g	PTN		g		
Lanche 14:00H/14:30H						LIP		g	LIP		g		
Jantar 16:00H/16:30H						CALCIO		Mg	CALCIO		Mg		
						FERRO		Mg	FERRO		Mg		
						VITAMINA A		Mg	VITAMINA A		Mg		
						VITAMINA C		Mg	VITAMINA C		Mg		
	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	857,64	Kcal	KCAL	845,21	Kcal		
Desjejum 7:30H/8:00H				Café com leite + pão fatiado + margarina+queijo	Vitamina de abacate+banana+ biscoito doce integral	CHO	125,34	g	CHO	126,37	g		
Almôço 10:30H/11:00H				Arroz + feijão carioca + ovos mexidos + abóbora refogada + laranja	Arroz + feijão preto + quibe assado + salada de repolho + ponkan	PTN	25,31	g	PTN	25,36	g		
Lanche 14:00H/14:30H				logunre morango+ biscoito doce integral + banana	Suco integral de Uva+ Sanduiche de pão fatiado + queijo+ alicace+tomate	LIP	25,61	g	LIP	28,54	g		
Jantar 16:00H/16:30H				Polenta, carne moída ao molho + abobrinha refogada + ponkan	Risoto de frango (cenoura, batata, milho, ervilha) + laranja	CALCIO	233,21	Mg	CALCIO	263,37	Mg		
						FERRO	3,57	Mg	FERRO	3,52	Mg		
						VITAMINA A	2856,67	Mcg	VITAMINA A	2894,63	Mcg		
						VITAMINA C	54,37	Mg	VITAMINA C	59,67	Mg		

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  
Mãe Funcional nº 7893 CRN 8ª REGIÃO  
Nº 1781

Camille Consentino de Carvalho  
Mãe Funcional nº 7894 CRN 8ª REGIÃO  
Nº 1102

Ligia Maria Toledo Faria Vicente  
Mãe Funcional nº 11146 CRN 8ª REGIÃO  
Nº 2321

Lidiane Carreira Costa Siqueira  
CRN 8ª REGIÃO nº 6110  
Coordenadora Operacional

Márcia Regina Gonçalves  
CRN 8ª REGIÃO nº 14920  
Nutricionista Coordenadora Operacional

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



	SEGUNDA 24/7/2023	TERÇA 25/7/2023	QUARTA 26/7/2023	QUINTA 27/7/2023	SEXTA 28/7/2023	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
						KCAL	Kcal	KCAL	Kcal
Desjejum 7:30H/8:00H	Suco de abacaxi natural + pão com ovo + maçã	Leite com mamão + bolo de laranja	iogurte morango+ biscoito doce integral + banana	Salada de frutas ( banana, mamão, morango) com aveia	Suco integral de uva+ pão com frango desfiado + alface + cenoura ralada + bolo de chocolate s/ cobertura	CHO 152.34	9	CHO 112.34	9
Almoço 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 33,26	9	PTN 21,36	9
Lanche 14:00H/14:30H	Sagu + maçã	Suco integral de uva + pão integral com requeijão	Salada de frutas ( banana, mamão, morango) com aveia	Café com leite + biscoito salgado integral + maçã	Suco integral de uva+ pão com frango desfiado + alface + cenoura ralada + bolo de chocolate s/ cobertura	LIP 25,67	9	LIP 22,30	9
Jantar 16:00H/16:30H	Sopa de feijão, com batata, carne, cenoura + ponkan	Polenta + frango ao molho + salada de acelga + maçã	Purê de batatas + carne moída ao molho + salada de beterraba + laranja	Arroz carreteiro com cenoura, batata + salada de alface+banana	Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata) +mamão	CALCIO 245,59	Mg	CALCIO 145,62	Mg
	SEGUNDA 31/7/2023	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	VITAMINA A 2885,64	Mcg	VITAMINA A 2789,65	Mcg
						VITAMINA C 62,37	Mg	VITAMINA C 45,31	Mg
Desjejum 7:30H/8:00H	Suco integral de uva + pão integral com requeijão					MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ			
Almoço 10:30H/11:00H	Arroz integral + feijão carioca + frango sassami grelhado + salada de acelga + ponkan					KCAL 875,62	Kcal	KCAL 786,64	Kcal
Lanche 14:00H/14:30H	Suco de abacaxi natural + pão com ovo + maçã					CHO 125,34	9	CHO 123,58	9
Jantar 16:00H/16:30H	Macarrão com carne moída + brócolis refogado + ponkan					PTN 25,63	9	PTN 24,36	9
						LIP 23,20	9	LIP 13,27	9
						CALCIO 425,31	Mg	CALCIO 185,64	Mg
						FERRO 3,26	Mg	FERRO 2,98	Mg
						VITAMINA A 301,24	Mcg	VITAMINA A 456,37	Mcg
						VITAMINA C 62,34	Mg	VITAMINA C 256,37	Mg

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

*PM*  
Patrícia dos Santos Alves Garcia  
Mat Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO Nº1731

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

*Lucia*  
Lúcia Márcia Toledo Faria Vicente  
Mat Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO Nº2321

*Lucas*  
Lidiane Corvici Costa Sotelli  
CRN 8º REGIÃO nº 6303  
Coordenadora Operacional

*Mariana*  
Mariana Revolino Gonçalves  
CRN 8º REGIÃO nº 14929  
Nutricionista Coordenadora Operacional