

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

AUTISMO - SELETIVIDADE ALIMENTAR

SEGUNDA 3/7/2023		TERÇA 4/7/2023	QUARTA 5/7/2023	QUINTA 6/7/2023	SEXTA 7/7/2023	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
Desjejum 7:30H/8:00H		Leite com mamão + biscoito de polvilho salgado	Chá com leite + pão frito integral + manteiga	Suco integral de Uva+ Sanduiche de pão frito + queijo+ alicace+tomate	Suco integral de maçã + bolo de fubá + ponkan	KCAL	889,31	KCAL	695,02
						CHO	154,21	CHO	113,24
						PTN	21,34	PTN	21,37
						LIP	26,34	LIP	10,26
						CALCIO	281,59	CALCIO	128,34
						FERRO	4,28	FERRO	4,03
						VITAMINA A	548,95	VITAMINA A	328,95
						VITAMINA C	83,62	VITAMINA C	109,65
						MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
						KCAL		KCAL	
						CHO		CHO	
						PTN		PTN	
						LIP		LIP	
						CALCIO		CALCIO	
						FERRO		FERRO	
						VITAMINA A		VITAMINA A	
						VITAMINA C		VITAMINA C	
						MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
						KCAL	889,64	KCAL	886,02
						CHO	124,31	CHO	124,35
						PTN	24,63	PTN	23,61
						LIP	20,31	LIP	24,65
						CALCIO	236,59	CALCIO	286,91
						FERRO	3,21	FERRO	3,24
						VITAMINA A	2854,61	VITAMINA A	2853,31
						VITAMINA C	52,31	VITAMINA C	54,61

Observações: Período Tarde - Vitamina de banana ou maçã penelizada + Fruta banana + Sucos + Pães + Biscoitos + Bolos

CMEI
NAVEGANTES

ALUNO

DAVI LOURENÇO DO ROSÁRIO DE OLIVEIRA

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

Camile Consistentino de Carvalho
Matr Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO
Nº1102

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

Lidiane Garcia Costa Sobrinha
CRN 8º REGIÃO nº 6001
Coordenadora Pedagógica

Mariana Revelante Gonçalves
CRN 8º REGIÃO nº 19220
Núcleo de Apoio Pedagógico

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

AUTISMO - SELETIVIDADE ALIMENTAR

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
Desjejum 7:30H/8:00H	Suco de abacaxi natural + pão com ovo + maçã	Leite com mamão + bolo de laranja	Logurite 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	KCAL 856,32 CHO 124,32	KCAL 769,21 CHO 132,51 g
Almoço 10:30H/1:00H	Arroz + feijão preto, sobrecoxa ao molho com cenoura + salada de brócolis + laranja	Arroz, feijão carioca, Bolinho de carne ao molho, salada de alface + 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 32,10 LIP 24,61	PTN 22,31 LIP 19,54 g
Lanche 14:00H/14:30H	Suco de maçã integral + biscoito de polvilho + maçã	Suco integral de uva + pão integral com requeijão	Salada de frutas (banana, mamão, morango) com aveia	Leite com banana + biscoito salgado integral + maçã	Suco integral de uva+ pão com frango desfiado + alface + cenoura ralada + bolo de chocolate s/ cobertura	CALCIO 256,39 FERRO 4,62	CALCIO 143,29 FERRO 3,26 Mg
Jantar 16:00H/16:30H	Sopa de feijão, com batata, carne, cenoura + ponkan	Potenta + frango ao molho + salada de alface + 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	VITAMINA A 2559,61 VITAMINA C 61,34	VITAMINA A 2566,34 VITAMINA C 44,21 Mg
SEGUNDA 31/7/2023		TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
Desjejum 7:30H/8:00H	Suco integral de uva + pão integral com requeijão					KCAL 895,64 CHO 124,36	KCAL 756,61 CHO 125,34 g
Almoço 10:30H/1:00H	Arroz integral + feijão carioca + frango sassami grelhado + salada de alface + ponkan					PTN 22,37 LIP 19,62	PTN 26,34 LIP 11,32 g
Lanche 14:00H/14:30H	Suco de abacaxi natural + pão com ovo + maçã					CALCIO 436,25 FERRO 3,28	CALCIO 156,94 FERRO 2,26 Mg
Jantar 16:00H/16:30H	Macarrão com carne moída + brócolis refogado + ponkan					VITAMINA A 306,27 VITAMINA C 61,34	VITAMINA A 452,13 VITAMINA C 235,98 Mg

Observações: Período Tarde - Vitamina de banana ou maçã penetrada + Fruta banana + Sucos + Pães + Biscoitos + Bolos

CMEI

ALUNO

NAVEGANTES

DAVI LOURENÇO DO ROSÁRIO DE OLIVEIRA







Patrícia dos Santos Alves Garcia
 Mat Funcional nº 7893 CRX 8 REGIÃO Nº1781
 Camille Conventino de Carvalho
 Mat Funcional nº 7894 CRX 8 REGIÃO Nº1102
 Lígia Maria Toledo Faria Vicente
 Mat Funcional nº 11146 CRX 8 REGIÃO Nº321
 Lúizanne Carval Costa Spaldin
 CRX 8 REGIÃO nº 6093
 Mariana Reschono Gonçalves
 CRX 8 REGIÃO nº 10920
 Coordenadora Curricular Operacional