

CMEI / CEI DE 13 MESES A 2 ANOS E 11 MESES – CARDÁPIO JULHO/2023

SEM OVO

| SEGUNDA 31/7/2023 | | 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 | Suco de maracujá com couve + banana com aveia | Purê de abacate com banana | Suco de abacaxi natural + frango desfiado com couve + maçã | Suco de uva integral + panqueca colorida de beterraba s/ ovos | FÉRIAS ESCOLARES | KCAL | 759,68 | KCAL | 596,32 |
| | | | | | | CHO | 113,23 | CHO | 91,36 |
| Almogo 10:30H/11:00H | Arroz + feijão preto + carne ao molho + couve + pure de batatas + salada de beterraba | Arroz + feijão carioca, frango assado (sobrecoca) + creme de milho + rúcula + maçã | Arroz + feijão preto + carne moída com legumes (brócolis e cenoura) + salada de alface + mamão picado | Arroz + feijão carioca + peixe ao molho + pirão de peixe + salada de alface | | PTN | 33,62 | PTN | 22,35 |
| | | | | | | LIP | 23,51 | LIP | 11,26 |
| Lanche 14:00H/14:30H | Suco de uva integral + panqueca colorida de beterraba s/ ovos | Suco de maracujá com couve + banana com aveia | Vitamina de abacate+banana+ biscoito de aveia com maçã s/ ovos | Chá erva doce/cidreira + biscoito de polvilho s/ ovos + ponkan | | CALCIO | 263,35 | CALCIO | 153,62 |
| Jantar 16:00H/16:30H | Sopa de frango + mandioca +espinafre beterraba + abobrinha+ Maçã | Potentia com almondegas ao molho s/ ovos + salada de beterraba+brócolis+ laranja | Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata+ couve) + ponkan | Pure de batatas + carne moída ao molho+ escarola+ salada de alface+ banana | FÉRIAS ESCOLARES | VITAMINA A | 3652,32 | VITAMINA A | 459,67 |
| | SEGUNDA 10/7/2023 | TERÇA 11/7/2023 | QUARTA 12/7/2023 | QUINTA 13/7/2023 | SEXTA 14/7/2023 | MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ | | MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE | |
| Desjejum 7:30H/8:00H | FÉRIAS ESCOLARES | FÉRIAS ESCOLARES | FÉRIAS ESCOLARES | FÉRIAS ESCOLARES | FÉRIAS ESCOLARES | KCAL | | KCAL | |
| Almogo 10:30H/11:00H | | | | | | CHO | | CHO | |
| Lanche 14:00H/14:30H | | | | | | PTN | | PTN | |
| | | | | | | LIP | | LIP | |
| | | | | | | CALCIO | | CALCIO | |
| Jantar 16:00H/16:30H | SEGUNDA 17/7/2023 | TERÇA 18/7/2023 | QUARTA 19/7/2023 | QUINTA 20/7/2023 | SEXTA 21/7/2023 | FERRO | | FERRO | |
| | | | | | | VITAMINA A | | VITAMINA A | |
| | | | | | | VITAMINA C | | VITAMINA C | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Desjejum 7:30H/8:00H | FÉRIAS ESCOLARES | FÉRIAS ESCOLARES | FÉRIAS ESCOLARES | FÉRIAS ESCOLARES | FÉRIAS ESCOLARES | MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ | | MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE | |
| | | | | | | KCAL | 693,32 | KCAL | 623,51 |
| | | | | | | CHO | 113,26 | CHO | 93,62 |
| | | | | | | PTN | 31,24 | PTN | 22,31 |
| | | | | | | LIP | 22,30 | LIP | 14,23 |
| Almogo 10:30H/11:00H | FÉRIAS ESCOLARES | FÉRIAS ESCOLARES | FÉRIAS ESCOLARES | FÉRIAS ESCOLARES | FÉRIAS ESCOLARES | CALCIO | 263,35 | CALCIO | 123,69 |
| | | | | | | PTN | 9 | PTN | 9 |
| | | | | | | LIP | 9 | LIP | 9 |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Lanche 14:00H/14:30H | FÉRIAS ESCOLARES | FÉRIAS ESCOLARES | FÉRIAS ESCOLARES | FÉRIAS ESCOLARES | FÉRIAS ESCOLARES | FERRO | 3,29 | FERRO | 2,34 |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Jantar 16:00H/16:30H | FÉRIAS ESCOLARES | FÉRIAS ESCOLARES | FÉRIAS ESCOLARES | FÉRIAS ESCOLARES | FÉRIAS ESCOLARES | VITAMINA A | 4512,36 | VITAMINA A | 421,51 |
| | | | | | | VITAMINA C | 63,29 | VITAMINA C | 236,39 |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| Observações: | | | | | | | | | |
| CMEI | | | | | | ALUNO | | | |
| AURORA XAVIER | | | | | | VITOR DUTRA COITO | | | |

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

Ligia Maria Toledo Paria Vicente
Mat Funcional nº 1146 CRN 8º REGIÃO
Nº2321

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

Lidiane Garcia e Costa Suelha
CRN 8º REGIÃO nº 6303
E coordenadora Operacional

Mariana Resvelli Gonçalves
CRN 8º REGIÃO nº 14920
Nutricionista e monitora 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 + carne desfiada com couve + maçã | Leite +mamão picado | logurte natural com morango+ banana batido | Suco de maçã integral +Salada de frutas (banana, mamão, morango) | Suco de uva integral + torta de legumes s/ ovos + ponkan | KCAL 459,66 | Kcal 562,39 | KCAL 112,30 | g 92,63 | g 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 s/ ovos, 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+ couve + salada de tomate e cebola + laranja | Macarrão s/ ovos com carne moída +escarola+salada de alface+maçã | PTN 32,67 | g 22,51 | g 9 | | | | | | | | | |
| Lanche 14:00H/14:30H | Sagu + maçã | Leite + panqueca de banana com avela s/ ovos | Suco de maçã integral +Salada de frutas (banana, mamão, morango) | Purê de abacate com banana | Suco de uva integral + torta de legumes s/ ovos + ponkan | LIP 23,64 | g 11,34 | g 9 | | | | | | | | | |
| Jantar 16:00H/16:30H | Sopa de feijão, com batata, carne, cenoura + couve + ponkan | Polenta + frango ao molho + salada de acelga + maçã | Purê de batatas + carne moída ao molho+ escarola + salada de beterraba + laranja | Arroz carreteiro com cenoura, batata, espinafre + salada de alface+banana | Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata, couve) +mamão | VITAMINA A 4215,63 | Mcg 425,69 | VITAMINA A 4215,63 | Mcg 425,69 | VITAMINA C 62,34 | Mg 231,51 | VITAMINA C 61,23 | Mg 235,94 | | | | |
| SEGUNDA 31/7/2023 | | TERÇA | | QUARTA | | QUINTA | | SEXTA | | MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ | | | | MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE | | | |
| Desjejum 7:30H/8:00H | Leite+panqueca de banana com avela s/ ovos | | | | | KCAL 756,95 | Kcal 526,39 | KCAL 112,30 | g 91,62 | g 9 | | | | | | | |
| Almoço 10:30H/11:00H | Arroz integral + feijão carioca + frango sassami grelhado + salada de acelga + ponkan | | | | | PTN 32,61 | g 22,31 | g 9 | | | | | | | | | |
| Lanche 14:00H/14:30H | Suco de abacaxi natural + frango desfiado com couve + maçã | | | | | LIP 23,64 | g 11,37 | g 9 | | | | | | | | | |
| Jantar 16:00H/16:30H | Macarrão s/ ovos com carne moída + brócolis refogado + ponkan | | | | | CALCIO 263,36 | Mg 126,35 | Mg 126,35 | | | | | | | | | |
| | | | | | | FERRO 3,26 | Mg 2,61 | Mg 2,61 | | | | | | | | | |
| | | | | | | VITAMINA A 3652,31 | Mcg 425,39 | VITAMINA A 3652,31 | Mcg 425,39 | VITAMINA C 61,23 | Mg 235,94 | VITAMINA C 61,23 | Mg 235,94 | | | | |
| Observações: | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| CMEI | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| AURORA XAVIER | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| VITOR DUTRA COUTO | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ALUNO | | | | | | | | | | | | | | | | | |

Observações:

CMEI

AURORA XAVIER

ALUNO

VITOR DUTRA COUETO

Patricia dos Santos Alves Garcia
Mat Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO Nº 781

Ligia Márcia Toledo Faria Vicente
Mat Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO Nº 2321

Camile Consentino de Carvalho
Mat Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO Nº 1102

Lidiane Correa Costa Sotela
CRN 8º REGIÃO nº 6301 Coordenadora Operacional

Mariana Revellino Gonçalves
CRN 8º REGIÃO nº 14920 Nutricionista Coordenador Operacional