

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

CONSTITUAÇÃO PSICOGÊNICA

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL DIÁRIO	
						MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL DIÁRIO	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL DIÁRIO
Desjejum 7:30H/8:00H		Mingau de aveia com banana com Nan Confort 3	Leite Nan Confort 3 com morango	Suco de abacaxi natural + ovo com couve + maçã	Leite Nan Confort 3 com morango e banana batido	KCAL 765,63 CHO 113,62 PTN 31,02 LIP 28,65	KCAL 695,34 CHO 92,31 PTN 21,03 LIP 13,28
Almoço 10:30H/1:00H		Arroz integral + feijão carioca + carne moída ao molho + purê de batatas s/ leite + salada de brócolis	Arroz integral + feijão preto + frango assado (sobrecoca) + milho e cenoura refogados + rúcula + pontkan	Arroz integral + feijão carioca + carne bovina ao molho de mandioca + salada de alicce + mamão	Arroz integral + feijão preto + ovos mexidos + couve + abóbora refogada + maçã		
Lanche 14:00H/14:30H		Suco integral de uva + panqueca colorida de couve s/ leite	Suco de abacaxi natural + ovo com couve + mamão	Vitamina de banana e abacate com Nan Confort 3 + biscoito de aveia com maçã s/ leite	Creime de manga, banana e aveia	CALCIO 251,36 FERRO 2,29	CALCIO 152,34 FERRO 2,38
Jantar 16:00H/16:30H		Canja (Arroz integral, frango, abobrinha, cenoura, batata) + couve + laranja	Polenta+ carne moída ao molho + agrião+ abobrinha refogada + banana	Risoto de frango (com arroz integral cenoura, batata,milho+ervilha) + rúcula	Sopa de feijão com batata+ carne + cenoura + couve + pontkan	VITAMINA A 4125,35 VITAMINA C 62,33	VITAMINA A 421,36 VITAMINA C 51,33
SEGUNDA 7/8/2023						MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL DIÁRIO	
Desjejum 7:30H/8:00H	Creime de manga, banana e aveia	Suco de abacaxi natural + ovo com couve + laranja	Suco integral de maçã + salada de frutas (mamão, banana, kiwi)	Leite Nan Confort 3 + panqueca de banana com aveia s/ leite	Leite Nan Confort 3 + banana	KCAL 769,62 CHO 114,32 PTN 32,06 LIP 22,03	KCAL 596,31 CHO 92,36 PTN 24,63 LIP 12,03
Almoço 10:30H/1:00H	Arroz integral + feijão com cubos de carne bovina + couve + farinha de mandioca + laranja	Arroz integral + feijão carioca + frango ao molho com legumes (abobrinha e cenoura) + rúcula + salada de alicce + maçã	Arroz integral + feijão preto + carne moída ao molho + rúcula + polenta + salada de cenoura + banana	Arroz integral + feijão carioca + frango assado ao molho + salada de alicce + pontkan	Arroz integral + feijão preto + quibe assado + espinafre + salada de repolho + mamão		
Lanche 14:00H/14:30H	Suco de maracujá com couve + banana com aveia	Vitamina de mamão + maçã com Nan Confort 3 + biscoito de aveia com banana s/ leite	Leite Nan Confort 3 + panqueca de banana com aveia s/ leite	Leite Nan Confort 3 com morango e banana batido	Suco integral de uva + panqueca colorida de cenoura s/ leite	CALCIO 256,34 FERRO 3,25	CALCIO 141,53 FERRO 2,31
Jantar 16:00H/16:30H	Polenta + frango ao molho + salada de acelga+ maçã	Macarrão integral com carne moída + brócolis refogado	Risoto de frango (com arroz integral, frango, cenoura, batata, milho, ervilha) + rúcula + pontkan	Purê de batatas s/ leite + carne moída ao molho + escarola + salada de tomate com pepino + mamão	Sopa de frango + mandioca + beterraba + abobrinha + espinafre + laranja	VITAMINA A 4656,39 VITAMINA C 63,32	VITAMINA A 256,39 VITAMINA C 215,33
SEGUNDA 14/8/2023						MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL DIÁRIO	
Desjejum 7:30H/8:00H	Suco integral de uva + panqueca colorida de cenoura s/ leite	Creime de banana, maçã e leite Nan Confort 3	Leite Nan Confort 3 com morango e banana batido	Suco integral de maçã + salada de frutas (mamão, banana, maçã)	Purê de abacate com banana	KCAL 754,21 CHO 116,36 PTN 35,32 LIP 22,03	KCAL 594,62 CHO 93,26 PTN 24,51 LIP 12,03
Almoço 10:30H/1:00H	Arroz integral + feijão preto + frango sassami grelhado + salada de alicce + laranja	Arroz integral + feijão carioca + carne ao molho + couve + purê de batatas s/ leite + salada de beterraba	Arroz integral + feijão preto + frango ao molho + jardineira de legumes (cenoura, couve flor e brócolis) + mamão	Arroz integral + feijão carioca, batizado + farinha de mandioca + salada de tomate e cenola + banana + couve	Arroz integral + feijão preto + sobrecoca ao molho com cenoura + salada de repolho com tomate + maçã		
Lanche 14:00H/14:30H	Chá enxa doce/citrelia + biscoito de polvilho s/ leite + maçã	Suco integral de maçã + salada de frutas (mamão, banana, maçã)	Suco de abacaxi natural + ovo com couve + maçã	Creime de banana, maçã e leite Nan Confort 3	Vitamina de banana + mamão com Nan Confort 3 + biscoito de aveia com maçã s/ leite	CALCIO 159,68 FERRO 3,26	CALCIO 153,26 FERRO 2,34
Jantar 16:00H/16:30H	Polenta com almondegas ao molho + salada de beterraba + brócolis	Canja (Arroz integral, frango, abobrinha, cenoura, batata) + couve + maçã	Arroz integral carreteiro com espinafre, cenoura e batata + salada de tomate + pontkan	Purê de batatas s/ leite + carne moída ao molho + agrião + salada de alicce + mamão	Macarrão integral com carne moída + brócolis refogado+ laranja	VITAMINA A 4599,68 VITAMINA C 61,32	VITAMINA A 459,68 VITAMINA C 215,34

Observações:

CMEI

PERSEVERANÇA

ALUNO

DOMINICK DA SILVA ALVES

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

Ligia Maria Toledo Faria Vicente
Mat Funcional nº 78146 CRN 8º REGIÃO
Nº2321

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

Edilaine Correia Costa Soares
Coordenadora Pedagógica
Mariana Resende Gonçalves
Nutricionista
Núcleo de Apoio Pedagógico

CONSTIPAÇÃO PSICOGÊNICA

SEGUNDA 21/8/2023		TERÇA 22/8/2023		QUARTA 23/8/2023		QUINTA 24/8/2023		SEXTA 25/8/2023		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRIÇÃO	
Desjejum 7:30H/8:00H	Suco integral de uva + panqueca colorida de couve s/ leite	Vitamina de maçã+mamão com Nan Confort 3 + biscoito de aveia com banana s/ leite	Leite Nan Confort 3 + panqueca de banana com aveia s/ leite	Chá erva doce/cidreira + biscoito de polvilho s/ leite + banana	Suco de maracujá com couve + banana com aveia	KCAL	739,62	Kcal	KCAL	CHO	115,24	g	CHO
Almoço 10:30H/11:00H	Arroz integral + feijão preto + carne moída ao molho c/ cenoura e batata salsa + salada de repolho + maçã	Arroz integral + feijão carioca + sobrecoxa ao molho com cenoura + salada de brócolis + laranja	Arroz integral + feijão preto + omelete assado + espinafre + cenoura e ervilha refogados + mamão	Arroz integral + feijão carioca + peixe ao molho + pirão do molho de peixe + salada de alface	Macarrão integral com carne moída + escarola +salada de tomate+ ponkan	PTN	33,02	g	PTN	LIP	26,35	g	LIP
Lanche 14:00H/14:30H	Purê de abacate com banana	Suco integral de uva + panqueca colorida de cenoura s/ leite	Leite Nan Confort 3 com morango e banana batido	Suco de maçã integral + salada de frutas (mamão, banana, kwi)	Leite Nan Confort 3 + panqueca de banana com aveia s/ leite	CALCIO	254,61	Mg	CALCIO	FERRO	3,26	Mg	FERRO
Jantar 16:00H/16:30H	Sopa de frango + mandioca + beterraba + abobrinha + espinafre + laranja	Polenta + carne moída ao molho + abobrinha refogada + agrião + maçã	Risoto de frango (com arroz integral, cenoura, batata, milho, ervilha) + rúcula + ponkan	Sopa de feijão com batata+ carne + cenoura + couve + mamão	Polenta + frango ao molho + salada de acelga	VITAMINA A	4598,37	Mcg	VITAMINA A	VITAMINA C	61,32	Mg	VITAMINA C
SEGUNDA 28/8/2023		TERÇA 29/8/2023		QUARTA 30/8/2023		QUINTA 31/8/2023		SEXTA		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRIÇÃO	
Desjejum 7:30H/8:00H	Chá erva doce/cidreira + biscoito polvilho s/ leite + maçã	Suco de abacaxi natural + ovo com couve + laranja	Suco integral de uva + panqueca colorida de cenoura s/ leite	Vitamina de banana e abacate com Nan Confort 3 + biscoito de aveia com maçã s/ leite	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	KCAL	761,24	Kcal	KCAL	CHO	115,24	g	CHO
Almoço 10:30H/11:00H	Risoto de frango (com arroz integral, frango, cenoura, batata, milho) + escarola + salada de pepino c/ tomate + laranja	Arroz integral + feijão carioca + carne ao molho + couve + pure de batatas s/ leite + salada de beterraba	Macarrão integral parafuso + espinafre + frango ao molho desfiado + salada de couve flor + maçã	Arroz integral + feijão preto + bolinho de carne ao molho + salada de acelga + ponkan		PTN	33,06	g	PTN	LIP	23,64	g	LIP
Lanche 14:00H/14:30H	Suco de abacaxi natural + ovo com couve + maçã	Leite Nan Confort 3 com morango	Mingau de banana com aveia com Nan Confort 3	Chá erva doce/cidreira + biscoito polvilho s/ leite + maçã		CALCIO	256,39	Mg	CALCIO	FERRO	3,21	Mg	FERRO
Jantar 16:00H/16:30H	Polenta com almondegas ao molho + salada de beterraba + brócolis	Sopa de frango + mandioca + beterraba + abobrinha + espinafre + ponkan	Arroz integral carreleiro com espinafre, cenoura e batata + salada de tomate + laranja	Canja (Arroz integral, frango, abobrinha, cenoura, batata) + couve + mamão		VITAMINA A	4598,36	Mcg	VITAMINA A	VITAMINA C	61,32	Mg	VITAMINA C

CMEI

PERSEVERANÇA

ALUNO

DOMINICK DA SILVA ALVES

Observações:

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

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

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

Edilaine Cordeiro Costa Siqueira
CRN 8º REGIÃO nº 6103
Coordenadora e fiscalizadora

Márcia Rosalva Gonçalves
CRN 8º REGIÃO nº 14920
Nutricionista e controladora operacional