

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

APLV

	SEGUNDA	TERÇA 18/8/2023	QUARTA 28/8/2023	QUINTA 30/8/2023	SEXTA 4/8/2023	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL	
						KCAL	CHO	KCAL	CHO
Desjejum 7:30H/8:00H	Mingau de aveia com banana com leite vegetal	Arroz + feijão carioca + carne moída ao molho + pure de batatas s/ leite + salada de brócolis	Arroz + feijão preto + frango assado (sobrecoca) + milho e cenoura refogados + rúcula + pontkan	Arroz + feijão carioca + carne bovina ao molho de mandioca + salada de alface + mamão	Arroz + feijão preto + ovos mexidos + couve + abóbora refogada + maçã	PTN 34,62	PTN 9	PTN 22,34	PTN 14,32
Almôço 10:30H/11:00H	Suco integral de uva + panqueca colorida de couve s/ leite	Suco de abacaxi natural + ovo com couve + mamão	Vitamina de banana e abacate com leite vegetal + biscoito de aveia com maçã	Arroz + feijão preto + carne moída ao molho + rúcula + polenta + salada de cenoura + banana	Polenta + carne moída ao molho + agrião+ abobrinha refogada + banana	CHO 112,36	CHO 9	CHO 91,24	CHO 95,92
Lanche 14:00H/14:30H	Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata) + couve + laranja	Polenta + carne moída ao molho + agrião+ abobrinha refogada + banana	Risoto de frango (cenoura, batata, milho-vermelho) + rúcula	Sopa de feijão com batata+ carne + cenoura + couve + pontkan	Arroz + feijão preto + quibe assado + espinafre + salada de repolho + mamão	CHO 113,36	CHO 9	CHO 93,62	CHO 95,92
Jantar 16:00H/16:30H	SEGUNDA 7/8/2023	TERÇA 8/8/2023	QUARTA 9/8/2023	QUINTA 10/8/2023	SEXTA 11/8/2023	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL	
Desjejum 7:30H/8:00H	Arroz + feijão preto + frango ao molho com legumes (abobrinha e cenoura) + rúcula + salada de alface + maçã	Arroz + feijão carioca + frango ao molho com legumes (abobrinha e cenoura) + rúcula + salada de alface + maçã	Arroz + feijão preto + carne moída ao molho + rúcula + polenta + salada de cenoura + banana	Arroz + feijão preto + frango assado (sobrecoca) + milho e cenoura refogados + rúcula + pontkan	Arroz + feijão preto + quibe assado + espinafre + salada de repolho + mamão	CHO 113,36	CHO 9	CHO 93,62	CHO 95,92
Almôço 10:30H/11:00H	Suco de maracujá com couve + banana com aveia	Vitamina de mamão + maçã com leite vegetal + biscoito de aveia com banana	Leite vegetal + panqueca de banana com aveia s/ leite	Logurite vegano com morango e banana batido	Suco integral de uva + panqueca colorida de cenoura s/ leite	CHO 113,36	CHO 9	CHO 93,62	CHO 95,92
Lanche 14:00H/14:30H	Suco de maracujá com couve + banana com aveia	Vitamina de mamão + maçã com leite vegetal + biscoito de aveia com banana	Leite vegetal + panqueca de banana com aveia s/ leite	Logurite vegano com morango e banana batido	Suco integral de uva + panqueca colorida de cenoura s/ leite	CHO 113,36	CHO 9	CHO 93,62	CHO 95,92
Jantar 16:00H/16:30H	Polenta + frango ao molho + salada de acelga+ maçã	Macarrão com carne moída + brócolis refogado	Risoto de frango (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	CHO 113,36	CHO 9	CHO 93,62	CHO 95,92
	SEGUNDA 14/8/2023	TERÇA 15/8/2023	QUARTA 16/8/2023	QUINTA 17/8/2023	SEXTA 18/8/2023	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL	
Desjejum 7:30H/8:00H	Suco integral de uva + panqueca colorida de cenoura s/ leite	Arroz + feijão preto + frango assado (sobrecoca) + milho e cenoura refogados + rúcula + pontkan	Arroz + feijão carioca + carne ao molho + couve + purê de batatas s/ leite + salada de beterraba	Arroz + feijão preto + frango ao molho + couve + purê de batatas s/ leite + salada de beterraba	Arroz + feijão preto + sobrecoca ao molho com cenoura + salada de repolho com tomate + maçã	CHO 112,36	CHO 9	CHO 95,92	CHO 95,92
Almôço 10:30H/11:00H	Arroz + feijão preto + frango sassani grelhado + salada de acelga + laranja	Arroz + feijão carioca + carne ao molho + couve + purê de batatas s/ leite + salada de beterraba	Arroz + feijão preto + frango ao molho + couve + purê de batatas s/ leite + salada de beterraba	Arroz + feijão preto + frango ao molho + couve + purê de batatas s/ leite + salada de beterraba	Arroz + feijão preto + sobrecoca ao molho com cenoura + salada de repolho com tomate + maçã	CHO 112,36	CHO 9	CHO 95,92	CHO 95,92
Lanche 14:00H/14:30H	Cháerva doce/cidreira + biscoito de polvilho s/ leite + maçã	Suco integral de maçã + salada de frutas (mamão, banana, maçã)	Suco de abacaxi natural + ovo com couve + maçã	Arroz + feijão preto + frango ao molho + couve + purê de batatas s/ leite + salada de beterraba	Arroz + feijão preto + sobrecoca ao molho com cenoura + salada de repolho com tomate + maçã	CHO 112,36	CHO 9	CHO 95,92	CHO 95,92
Jantar 16:00H/16:30H	Polenta com almondegas ao molho + salada de beterraba + brócolis	Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata) + couve + maçã	Arroz + feijão preto + frango ao molho + couve + purê de batatas s/ leite + salada de beterraba	Arroz + feijão preto + frango ao molho + couve + purê de batatas s/ leite + salada de beterraba	Arroz + feijão preto + sobrecoca ao molho com cenoura + salada de repolho com tomate + maçã	CHO 112,36	CHO 9	CHO 95,92	CHO 95,92

CMEI

Observações: Somente adicionar leite vegetal quando descrito no cardápio.

ALUNO

Patricia dos Santos Alves Garcia  
Matr. Funcional nº 7894.CRN 8 REGIÃO N°1781

Ligia Marcia Toledo Faria Vicente  
Matr. Funcional nº 11146.CRN 8 REGIÃO N°231

Camile Consuelo de Carvalho  
Matr. Funcional nº 7894.CRN 8 REGIÃO N°1102

Letiane Correa Costa Siqueira  
Matr. Funcional nº 7894.CRN 8 REGIÃO N°1102

Marciana Resende Gonçalves  
Matr. Funcional nº 7894.CRN 8 REGIÃO N°1102



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

APLV

	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 NUTRICIONAL	
						KCAL	759,68	Kcal	KCAL
Desjejum 7:30H/8:00H	Suco integral de uva + panela de colorida de couve s/ leite	Vitamina de maçã+mamão com leite vegetal + biscoito de aveia com banana	Leite vegetal + panela de banana com aveia s/ leite	Chá erva doce/cidreira + biscoito de polvilho s/ leite + banana	Suco de maracujá com couve + banana com aveia	CHO	111,33	g	CHO
Almoco 10:30H/11:00H	Arroz integral + feijão preto + carne moída ao molho c/ cenoura e batata salada + salada de repolho + maçã	Arroz + feijão carioca + sobrecoxa ao molho com cenoura + salada de brócolis + laranja	Arroz + feijão preto + omelete assado + espinafre + cenoura e ervilha refogados + mamão	Arroz + feijão carioca + peixe ao molho + pirão do molho de peixe + salada de alface	Macarrão com carne moída + escarola + salada de tomate+ ponkan	PTN	32,02	g	PTN
Lanche 14:00H/14:30H	Purê de abacate com banana	Suco integral de uva + panela de colorida de cenoura s/ leite	Iogurte vegano com morango e banana batido	Suco de maçã integral + salada de frutas (mamão, banana, kwi)	Leite vegetal + panela de banana com aveia s/ leite	LIP	24,31	g	LIP
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 (cenoura, batata, milho, ervilha) + rúcula + ponkan	Sopa de feijão com batata+ carne + cenoura + couve + mamão	Polenta + frango ao molho + salada de acelga	CALCIO	285,64	Mg	CALCIO
	SEGUNDA 28/8/2023	TERÇA 29/8/2023	QUARTA 30/8/2023	QUINTA 31/8/2023	SEXTA	VITAMINA A	485,67	Mcg	VITAMINA A
						VITAMINA C	64,21	Mg	VITAMINA C
						MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL	
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 + panela de colorida de cenoura s/ leite	Vitamina de banana e abacate com leite vegetal + biscoito de aveia com maçã		KCAL	754,25	Kcal	KCAL
Almoco 10:30H/11:00H	Risoto de frango (frango, cenoura, batata, milho) + escarola + salada de pepino c/ tomate + laranja	Arroz integral + feijão carioca + carne ao molho + couve + purê de batatas s/ leite + salada de beterraba	Macarrão parafuso + espinafre + frango ao molho desfiado + salada de couve flor + maçã	Arroz + feijão preto + bolinho de carne ao molho + salada de acelga + ponkan		CHO	112,34	g	CHO
Lanche 14:00H/14:30H	Suco de abacaxi natural + ovo com couve + maçã	Leite vegetal com morango	Mingau de banana com aveia com leite vegetal	Chá erva doce/cidreira + biscoito polvilho s/ leite + maçã		PTN	32,02	g	PTN
Jantar 16:00H/16:30H	Polenta com almondegas ao molho + salada de beterraba + brócolis	Sopa de frango + mandioca + beterraba + abobrinha + espinafre + ponkan	Arroz carreteiro com espinafre, cenoura e batata + salada de tomate + laranja	Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata) + couve + mamão		LIP	22,36	g	LIP
						CALCIO	285,64	Mg	CALCIO
						FERRO	3,21	Mg	FERRO
						VITAMINA A	458,67	Mcg	VITAMINA A
						VITAMINA C	61,32	Mg	VITAMINA C

CMEI

Observações: Somente adicionar leite vegetal quando descrito no cardápio.

ALUNO

Patricia dos Santos Alves Garcia

Matr. Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO Nº 7181

Ligia Mafreia Toledo Faria Vicente

Matr. Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO Nº 2121

Camille Consistino de Carvalho

Matr. Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO Nº 1102

Liliane Correa Costa Sotelo  
CRN 8º REGIÃO nº 6433  
Coordenadora OperacionalMariana Resolfini Gonçalves  
CRN 8º REGIÃO nº 14926  
Nutricionista, Controler e Operacional