

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

SEM OVOS

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR		MÉDIA SEMANAL VALOR	
						NUTRICIONAL MANHÃ		NUTRICIONAL	
		18/2023	28/2023	30/2023	4/8/2023	KCAL	786,32	KCAL	695,34
Desjejum 7:30H/8:00H		Mingau de aveia com banana		Suco de abacaxi natural + frango desfiado com couve + maçã	logurte natural com morango e banana batido	CHO	114,24	CHO	92,31
						PTN	33,21	PTN	21,30
Almooço 10:30H/11:00H		Arroz + feijão carioca + carne moída ao molho + pure de batatas + salada de brócolis	Arroz + feijão preto + frango assado (sobrecoca) + creme de milho + rúcula + pontkan	Arroz + feijão carioca + carne bovina ao molho de mandioca + salada de alface + mamão	Arroz + feijão preto + frango grelhado + couve + abóbora refogada + maçã	LIP	26,34	LIP	15,62
						CALCIO	263,32	CALCIO	153,62
Lanche 14:00H/14:30H		Suco integral de uva + panqueca colorida de couve s/ ovos	Suco de abacaxi natural + frango desfiado com couve + mamão	Vitamina de banana e abacate + biscoito de aveia com maçã s/ ovos	Creme de manga, banana e aveia	FERRO	3,61	FERRO	2,37
						VITAMINA A	423,67	VITAMINA A	459,02
Jantar 16:00H/16:30H		Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata) + couve + laranja	Polenta+ carne moída ao molho + agrião+ abobrinha refogada + banana	Risoto de frango (cenoura, batata,milho+ervilha) + rúcula	Sopa de feijão com batata+ carne + cenoura + couve + pontkan	VITAMINA C	63,33	VITAMINA C	251,37
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR		MÉDIA SEMANAL VALOR	
	7/8/2023	8/8/2023	9/8/2023	10/8/2023	11/8/2023	NUTRICIONAL MANHÃ		NUTRICIONAL	
Desjejum 7:30H/8:00H	Creme de manga, banana e aveia	Suco de abacaxi natural + carne desfiada com couve + laranja	Suco integral de maçã + salada de frutas (mamão, banana, kiwi)	Leite+ panqueca de banana com aveia s/ ovos	Leite + banana	KCAL	786,95	KCAL	596,65
						CHO	114,52	CHO	92,31
Almooço 10:30H/11:00H	Arroz + feijoad com cubos de carne bovina + couve + farinha de mandioca + laranja	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 carioca + frango sassami ao molho + salada de aceitga + pontkan	Arroz + feijão preto + quibe assado s/ ovos + espinafre + salada de repolho + mamão	PTN	32,26	PTN	22,03
						LIP	22,34	LIP	12,58
Lanche 14:00H/14:30H	Suco de maracujá com couve + banana com aveia	Vitamina de mamão + maçã + biscoito de aveia com banana s/ ovos	Leite + panqueca de banana com aveia s/ ovos	logurte natural com morango e banana batido	Suco integral de uva + panqueca colorida de cenoura s/ ovos	CALCIO	269,35	CALCIO	186,62
						FERRO	3,61	FERRO	2,37
Jantar 16:00H/16:30H	Polenta + frango ao molho + salada de acelga+ maçã	Macarrão s/ ovos com carne moída + brócolis refogado	Risoto de frango (frango,cenoura, batata,milho,ervilha) + rúcula + pontkan	Purê de batatas + carne moída ao molho + escarola + salada de tomate com pepino + mamão	Sopa de frango + mandioca + beterraba + abobrinha + espinafre + laranja	VITAMINA A	4599,67	VITAMINA A	265,34
						VITAMINA C	62,34	VITAMINA C	233,66
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR		MÉDIA SEMANAL VALOR	
	14/8/2023	15/8/2023	16/8/2023	17/8/2023	18/8/2023	NUTRICIONAL MANHÃ		NUTRICIONAL	
Desjejum 7:30H/8:00H	Suco integral de uva + panqueca colorida de cenoura s/ ovos	Creme de banana, maçã e leite	logurte natural com morango e banana batido	Suco integral de maçã + salada de frutas (mamão, banana, maçã)	Purê de abacate com banana	KCAL	756,34	KCAL	566,34
						CHO	116,35	CHO	93,62
Almooço 10:30H/11:00H	Arroz + feijão preto + frango sassami grelhado + salada de aceitga + laranja	Arroz + feijão carioca + carne ao molho + couve + purê de batatas + salada de beterraba	Arroz + feijão preto + frango ao molho + Jardineira de legumes (cenoura, couve flor e brócolis) + mamão	Arroz + feijão carioca, barrado + farinha de mandioca + salada de tomate e cebola + banana + couve	Arroz + feijão preto + sobrecoca ao molho com cenoura + salada de repolho com tomate + maçã	PTN	33,02	PTN	22,33
						LIP	26,65	LIP	12,09
Lanche 14:00H/14:30H	Chá ervã doce/cidreira + biscoito de polvilho s/ ovos + maçã	Suco integral de maçã + salada de frutas (mamão, banana, maçã)	Suco de abacaxi natural + frango desfiado com couve + maçã	Creme de banana, maçã e leite	Vitamina de banana + mamão + biscoito de aveia com maçã s/ ovos	CALCIO	284,54	CALCIO	153,62
						FERRO	3,61	FERRO	2,34
Jantar 16:00H/16:30H	Polenta com almondegas ao molho s/ ovos + salada de beterraba + brócolis	Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata) + couve + maçã	Arroz carreteiro com espinafre, cenoura e batata + salada de tomate + pontkan	Purê de batatas + carne moída ao molho + agrião + salada de alface + mamão	Macarrão s/ ovos com carne moída + brócolis refogado+ laranja	VITAMINA A	4856,97	VITAMINA A	485,66
						VITAMINA C	61,02	VITAMINA C	265,67

Observações:

CMEI

AURORA XAVIER

ALUNO

VITOR DUÍRA COU TO

Patrícia dos Santos Alves Garcia
Matr. Funcional nº 7893 C.R.N. 8º REGIÃO N° 7181Lígia Mariana Tolado Faria Vicente
Matr. Funcional nº 11146 C.R.N. 8º REGIÃO N° 2321Camile Consolino de Carvalho
Matr. Funcional nº 7894 C.R.N. 8º REGIÃO N° 1102Lidiane Garcia Costa Sistiella
C.R.N. 8º REGIÃO nº 6203
Coordenadora PedagógicaMariana Reschilio Gonçalves
C.R.N. 8º REGIÃO nº 1499
Nutricionista Controlar Operacional

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

SEM OVOS

	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
Desjejum 7:30H/8:00H	Suco integral de uva + panqueca colorida de couve s/ ovos	Vitamina de maçã+mamão + biscoito de aveia com banana s/ ovos	Leite + panqueca de banana com aveia s/ ovos	Chá erva doce/cidreira + biscoito de polvilho s/ ovos + banana	Suco de maracujá com couve + banana com aveia	KCAL 796,65 CHO 123,63 PTN 31,02 LIP 22,36	KCAL 596,64 CHO 92,31 PTN 24,61 LIP 11,03
Almoco 10:30H/11:00H	Arroz integral + feijão preto + carne moída ao molho c/ cenoura e batata salsa + salada de repolho + maçã	Arroz + feijão carioca + sobrecoxa ao molho com cenoura + salada de brócolis + laranja	Arroz + feijão preto + carne ao molho + espinafre + cenoura e ervilha refogados + mamão	Arroz + feijão carioca + peixe ao molho + pirão do molho de peixe + salada de alface	Macarrão s/ ovos com carne moída + escarola + salada de tomate+ pontkan	CALCIO 259,64 Mg 3,61 FERRO 3,61 VITAMINA A 4599,64 VITAMINA C 63,03	Mg 186,95 FERRO 2,34 VITAMINA A 486,92 VITAMINA C 263,35
Lanche 14:00H/14:30H	Purê de abacate com banana	Suco integral de uva + panqueca colorida de cenoura s/ ovos	Iogurte natural com morango e banana batido	Suco de maçã integral + salada de frutas (mamão, banana, kiwi)	Leite + panqueca de banana com aveia s/ ovos	Mg 3,61	FERRO 2,34
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 + pontkan	Sopa de feijão com batata+ carne + cenoura + couve + mamão	Polenta + Frango ao molho + salada de acelga	Mg 3,61	VITAMINA A 486,92 VITAMINA C 263,35
	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 NUTRICIONAL
Desjejum 7:30H/8:00H	Chá erva doce/cidreira + Biscoito polvilho s/ ovos + maçã	Suco de abacaxi natural + frango desfiado com couve + laranja	Suco integral de uva + panqueca colorida de cenoura s/ ovos	Vitamina de banana e abacate + biscoito de aveia com maçã s/ ovos		KCAL 759,68 CHO 114,32 PTN 33,06 LIP 21,03	KCAL 596,64 CHO 91,02 PTN 25,34 LIP 11,03
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 + salada de beterraba	Macarrão parafuso s/ ovos + espinafre + frango ao molho desfiado + salada de couve flor + maçã	Arroz + feijão preto + bolinho de carne ao molho s/ ovos + salada de acelga + pontkan		CALCIO 296,34 Mg 3,22 FERRO 3,22	Mg 186,64 FERRO 2,37
Lanche 14:00H/14:30H	Suco de abacaxi natural + frango desfiado com couve + maçã	Leite com morango	Mingau de banana com aveia	Chá erva doce/cidreira + biscoito polvilho s/ ovos + maçã		VITAMINA A 4596,91 VITAMINA C 62,03	Mg 495,6 VITAMINA A 486,92 VITAMINA C 233,2
Jantar 16:00H/16:30H	Polenta com almondegas s/ ovos ao molho + salada de beterraba + brócolis	Sopa de frango + mandioca + beterraba + abobrinha + espinafre + pontkan	Arroz carreteiro com espinafre, cenoura e batata + salada de tomate + laranja	Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata) + couve + mamão			

Observações:

ALUNO
VITOR DUTRA COUTO

CMEI
AURORA XAVIER

Patricia 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 Consistent de Carvalho
Mat Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO
Nº1102

Liliane Curran Faria Soffella
CRN 8º REGIÃO nº 0593
Coordenadora Operacional

Mariana Rosolino Pangloss
CRN 8º REGIÃO nº 14210
Nutricionista Coordenadora Operacional