

CMEI / CEI DE 3 A 5 ANOS – CARDÁPIO AGOSTO/2023
SÍNDROME DO INTESTINO IRRITÁVEL

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL NAMA	
						MÉDIA S	MÉDIA S
Desjejum 7:30H/8:00H		1/8/2023	2/8/2023	3/8/2023	4/8/2023	KCAL	KCAL
	Chá de erva doce/cidreira + pão integral s/ lactose + margarina s/ lactose	Leite s/ lactose com morango + bolo de tubá sem lactose	Suco integral de maçã + pão s/ lactose com ovo + maçã	Leite s/ lactose com maçã + biscoito doce	Leite s/ lactose com maçã + biscoito doce	CHO	CHO
Almoco 10:30H/11:00H		Arroz + caldo de feijão carioca + carne moída ao molho + pure de batatas s/ leite + salada de cenoura	Arroz + caldo de feijão preto + frango assado (sobrecoca) + cenoura refogada + maçã	Arroz + caldo de feijão carioca + carne bovina ao molho de mandioca + salada de alface + pera	Arroz + caldo de feijão preto + ovos mexidos + abóbora refogada + maçã	PTN	PTN
						LP	LP
Lanche 14:00H/14:30H		Suco integral de maçã + biscoito salgado integral s/ lactose + maçã	Suco integral de maçã + pão s/ lactose com ovo + pera	Leite s/ lactose com banana + biscoito doce integral s/ lactose	Chá erva doce/cidreira + pão integral s/ lactose + margarina s/ lactose	CALCIO	CALCIO
						FERRO	FERRO
Janter 16:00H/16:30H		Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata) + banana	Polenta + carne moída ao molho + abobrinha refogada + banana	Risoto de frango (frango, cenoura, batata)	Sopa de feijão com batata + carne + cenoura + pera	VITAMINA A	VITAMINA A
						VITAMINA C	VITAMINA C
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL NAMA	
	7/8/2023	8/8/2023	9/8/2023	10/8/2023	11/8/2023	KCAL	KCAL
Desjejum 7:30H/8:00H	Chá erva doce/cidreira + biscoito de polvilho salgado s/ lactose + maçã	Suco integral de maçã + pão s/ lactose com ovo + pera	Salada de frutas (banana, maçã, pera)	Chá erva doce/cidreira + pão integral s/ lactose com margarina s/ lactose	Leite s/ lactose com banana + biscoito de polvilho salgado s/ lactose	CHO	CHO
Almoco 10:30H/11:00H	Arroz + caldo de feijão preto com cubos de carne bovina + farinha de mandioca + péra	Arroz + caldo de feijão carioca + frango ao molho com legumes (abobrinha e cenoura) + salada de alface + maçã	Arroz + caldo de feijão preto + carne moída ao molho + polenta + salada de cenoura + banana	Arroz + caldo de feijão carioca + frango assado + salada de alface + maçã	Arroz + caldo de feijão preto + quibe assado + salada de cenoura + péra	PTN	PTN
						LP	LP
Lanche 14:00H/14:30H	Suco integral de maçã + pão integral s/ lactose com margarina s/ lactose	Vitamina de maçã com leite s/ lactose + biscoito doce integral s/ lactose	Suco integral de maçã + bolo de fubá s/ lactose + maçã	Leite s/ lactose com maçã + biscoito doce integral s/ lactose + banana	Chá erva doce/cidreira + pão fatiado s/ lactose com margarina s/ lactose	CALCIO	CALCIO
						FERRO	FERRO
Janter 16:00H/16:30H	Polenta + frango ao molho + salada de acelga + maçã	Macarão com carne moída + abobrinha refogado	Risoto de frango (frango, cenoura, batata) + pera	Pure de batatas s/ leite + carne moída ao molho + salada de lomate + maçã	Sopa de frango + mandioca + batata + abobrinha + banana	VITAMINA A	VITAMINA A
						VITAMINA C	VITAMINA C
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL NAMA	
	14/8/2023	15/8/2023	16/8/2023	17/8/2023	18/8/2023	KCAL	KCAL
Desjejum 7:30H/8:00H	Leite s/ lactose com maçã + pão fatiado s/ lactose + margarina s/ lactose	Suco integral de maçã + biscoito salgado integral s/ lactose + maçã	Leite s/ lactose com maçã + biscoito doce integral s/ lactose + banana	Leite s/ lactose com banana + bolo de cenoura sem cobertura s/ lactose	Suco integral de maçã + pão integral s/ lactose com margarina s/ lactose	CHO	CHO
Almoco 10:30H/11:00H	Arroz + caldo de feijão preto + frango sassami grelhado + salada de acelga + pera	Arroz + caldo de feijão carioca + carne ao molho + pure de batatas s/ leite + salada de abobrinha	Arroz + caldo de feijão preto + frango ao molho + jardineira de legumes (cenoura, batata e abobrinha) + pera	Arroz + caldo de feijão carioca, barreado + farinha de mandioca + salada de lomate e cebola + banana	Arroz + caldo de feijão preto + sobrecoxa ao molho com cenoura + salada de lomate + maçã	PTN	PTN
						LP	LP
Lanche 14:00H/14:30H	Chá erva doce/cidreira + biscoito salgado integral s/ lactose + maçã	Leite s/ lactose com morango + bolo de fubá s/ lactose	Suco integral de maçã + pão s/ lactose com ovo + maçã	Chá erva doce/cidreira + biscoito de polvilho s/ lactose + maçã	Chá erva doce/cidreira + pão integral s/ lactose com margarina s/ lactose	CALCIO	CALCIO
						FERRO	FERRO
Janter 16:00H/16:30H	Polenta com almôndegas ao molho + salada de cenoura	Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata) + maçã	Arroz carreteiro com cenoura e batata + salada de lomate + banana	Purê de batatas s/ leite + carne moída ao molho + salada de alface + pera	Macarão com carne moída + abobrinha refogada + pera	VITAMINA A	VITAMINA A
						VITAMINA C	VITAMINA C

Observações: dieta: leite s/ lactose + S/ lactínicos + S/ café e chá mate + Frutas e legumes Obstipantes + S/ Frutas Cítricas + S/ grãos + S/ milho + S/ Fermentativos (repolho, brócolis, couve flor, beterraba e pepino)

CMEI

CEI RAMNHA DA PAZ

ALUNO MIGUEL AUGUSTO B. TEIXEIRA DA SILVA

Patrícia dos Santos Alves Garcia
Mat Funcional nº 7893, CRN 8º REGIÃO
Nº 1781

Lúcia Márcia Toledo Faria Vicente
Mat Funcional nº 11146, CRN 8º REGIÃO
Nº 2121

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

Lidiane Correa Costa Sobral
CRN 8º REGIÃO nº 6303
Cooperadora (Operacional)

Mariana Resende Gonçalves
CRN 8º REGIÃO nº 14091
Supervisora (Coordenadora Operacional)

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

SÍNDROME DO INTESTINO IRRITÁVEL

SEGUNDA		TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL	
21/8/2023		22/8/2023	23/8/2023	24/8/2023	25/8/2023	KCAL	Kcal	KCAL	
Desjejum 7:30H/8:00H	Cháerva doce/cidreira + pão fatiado s/ laticose com margarina s/ laticose	Vitaminade maçã com leite s/ laticose + biscoito doce integral s/ laticose	Suco integral de maçã + bolo de fubá s/ laticose + pera	Cháerva doce/cidreira + biscoito salgado integral s/ laticose + banana	Suco integral de maçã + pão s/ laticose com ovo mexido + alicace + cenoura + bolo de fubá s/ laticose	CHO	9	CHO	114
Almomo 10:30H/11:00H	Arroz + caldo de feijão preto + carne moída ao molho com legumes (cenoura e batata salsa) + salada de abobrinha + maçã	Arroz + caldo de feijão carioca + sobrecoxa ao molho com cenoura + salada de tomate + banana	Arroz + caldo de feijão preto + omelete assado + cenoura e abobrinha refogadas + maçã	Arroz + caldo de feijão carioca + peixe ao molho + pirão do molho de peixe + salada de alicace	Macarrão com carne moída + salada de tomate + maçã	PTN	9	PTN	21
Lanche 14:00H/14:30H	Suco integral de maçã + Sanduiche de pão fatiado s/ laticose c/ margarina s/ laticose + alicace + tomate	Cháerva doce/cidreira + pão fatiado s/ laticose com margarina s/ laticose	Leite s/ laticose com maçã + biscoito doce integral s/ laticose + banana	Salada de frutas (pera, banana, maçã)	Suco integral de maçã + pão s/ laticose com ovo mexido + alicace + cenoura + bolo de fubá s/ laticose	CAICIO	265.64	CAICIO	15
Jantar 16:00H/16:30H	Sopa de frango + mandioca + batata + abobrinha + pera	Polenta + carne moída ao molho + abobrinha refogada + maçã	Risoto de frango (cenoura, batata) + maçã	Sopa de feijão com batata + carne + cenoura + péra	Polenta + frango ao molho + salada de acelga	FERRO	4.21	FERRO	2
SEGUNDA		TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL	
28/8/2023		29/8/2023	30/8/2023	31/8/2023		KCAL	Kcal	KCAL	70
Desjejum 7:30H/8:00H	Cháerva doce/cidreira + biscoito de polvilho s/ laticose + maçã	Suco integral de maçã + pão s/ laticose com ovo + maçã	Suco integral de maçã + Sanduiche de pão fatiado s/ laticose + margarina s/ laticose + alicace + tomate	Vitaminade banana s/ laticose + biscoito doce integral s/ laticose	Arroz + caldo de feijão preto + bolinho de carne ao molho + salada de acelga + péra	CHO	9	CHO	15
Almomo 10:30H/11:00H	Risoto de frango (frango, cenoura, batata) + salada de tomate + pera	Arroz + caldo de feijão carioca + carne ao molho + pure de batatas s/ leite + salada de cenoura	Macarrão parafuso + frango ao molho destilado + salada de abobrinha + maçã	Arroz + caldo de feijão preto + bolinho de carne ao molho + salada de acelga + péra	Leite s/ laticose com banana + bolo de cenoura sem cobertura s/ laticose	PTN	9	PTN	2
Lanche 14:00H/14:30H	Suco integral de maçã + pão s/ laticose com ovo + maçã	Leite s/ laticose com morango + biscoito de polvilho salgado s/ laticose	Canjica com leite s/ laticose + banana	Arroz + caldo de feijão preto + bolinho de carne ao molho + salada de acelga + péra	Leite s/ laticose com banana + bolo de cenoura sem cobertura s/ laticose	LP	22.08	LP	1
Jantar 16:00H/16:30H	Polenta com almondegas ao molho + salada de abobrinha	Sopa de frango + mandioca + batata + abobrinha + maçã	Arroz carreteiro com cenoura e batata + salada de tomate + maçã	Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata) + banana		CAICIO	265.61	CAICIO	26
						FERRO	4.21	FERRO	2
						VITAMINA A	421.56	VITAMINA A	48
						VITAMINA C	44.22	VITAMINA C	3
Observações: dieta: leite s/ laticose + S/ laticinos + S/ café e chá mate + Frutas e legumes Obesitantes + S/ Frutas Cítricas + S/ grãos + S/ milho + S/ Fermentativos (repolho, brócolis, couve flor, beterraba e pepino)									
CMEI									
CEI RAINHA DA PAZ									
ALUNO									
MIGUEL AUGUSTO B. TEIXEIRA DA SILVA									
Particia dos Santos Alves Garcia Mat Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO Nº1781		Ligia Marcia Toledo Faria Vicente Mat Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO Nº2321		Camile Consolino de Carvalho Mat Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO Nº1102		Lilianne Correa Costa Sotela CRN 8º REGIÃO nº 6341 Coordenadora Operacional		Mariana Revelino Gonçalves CRN 8º REGIÃO nº 14926 Nutricionista Coordenadora Operacional	