

APLV

SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL DIÁRIO					MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL DIÁRIO				
					KCAL	504	Kcal	KCAL	466	Kcal	KCAL	466	Kcal	KCAL
Desjejum 7:30H/8:00H		Suco integral de maçã + salada de frutas (maçã, manga e mamão)			CHO	86	9	CHO	83	9				
Almoco 10:30H/11:00H		Arroz colorido, Feijão carioca, Quibe assado + espinafre + salada repolho + laranja			PTN	19	9	PTN	20	9				
Lanche 14:00H/14:30H		L Leite vegetal com mamão + tapioca de coco c/ leite vegetal			LP	4	9	LP	6	9				
Jantar 16:00H/16:30H		Quirera + frango ao molho + abobrinha refogada + agrião + maçã			CALCO	74	9	CALCO	42	9				
					FERRO	2	9	FERRO	3	9				
					VITAMINA A	312	9	VITAMINA A	251	9				
					VITAMINA C	71	9	VITAMINA C	30	9				
SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL DIÁRIO					MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL DIÁRIO				
					KCAL	446	Kcal	KCAL	454	Kcal	KCAL	454	Kcal	KCAL
Desjejum 7:30H/8:00H		Suco de uva integral + panqueca colorida (couve) sem leite			CHO	85	9	CHO	79	9				
Almoco 10:30H/11:00H		Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho com legumes (cenoura e abobrinha) + rúcula + salada de repolho + melancia			PTN	13	9	PTN	12	9				
Lanche 14:00H/14:30H		L Leite vegetal com maçã + pão de queijo vegano			LP	6	9	LP	10	9				
Jantar 16:00H/16:30H		Risoto de carne (batata, cenoura, carne moída, ervilha) + rúcula + salada de beterraba + melão			CALCO	153	9	CALCO	78	9				
					FERRO	3	9	FERRO	3	9				
					VITAMINA A	208	9	VITAMINA A	203	9				
					VITAMINA C	91	9	VITAMINA C	35	9				
SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL DIÁRIO					MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL DIÁRIO				
					KCAL	514	Kcal	KCAL	476	Kcal	KCAL	476	Kcal	KCAL
Desjejum 7:30H/8:00H		L Leite vegetal com mamão + tapioca de coco c/ leite vegetal			CHO	86	9	CHO	50	9				
Almoco 10:30H/11:00H		Arroz, Feijão preto, Carne bovina ao molho com mandiocca + salada alface + maçã			PTN	17	9	PTN	11	9				
Lanche 14:00H/14:30H		Suco de uva integral+ panqueca colorida (couve) sem leite			LP	6	9	LP	8	9				
Jantar 16:00H/16:30H		Macarrão com frango + Legumes refogados (cenoura e brócolis) + maçã			CALCO	94	9	CALCO	53	9				
					FERRO	4	9	FERRO	3	9				
					VITAMINA A	332	9	VITAMINA A	156	9				
					VITAMINA C	65	9	VITAMINA C	12	9				

Observações: Somente adicionar leite vegetal quando descrito no cardápio.

ALUNO


Patrícia dos Santos Alves Faria
Mat. Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO Nº 781


Ligia Maria Toledo Fran Visente
Mat. Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO Nº 2323


Camille Consuelino de Carvalho
Mat. Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO Nº 102


Tatiana Costa Costa Siqueira
Procedimento Operacional


Associação Gráfica
CRN 3 e 11/01
Nacionalidade Controlador Operacional

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

APLV

	SEGUNDA 20/11/2023	TERÇA 21/11/2023	QUARTA 22/11/2023	QUINTA 23/11/2023	SEXTA 24/11/2023	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MARRA				MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TADRE			
						KCAL		Kcal		KCAL		Kcal	
Desjejum 7:30H/8:00H	Suco de abacaxi natural + pizza de tapioca + melão	Chá ervas doces/cidreira + biscoito polvilho sem leite + melancia	Leite vegetal com maçã + pão de queijo vegano	Chá ervas doces/cidreira + bolo de banana sem leite sem açúcar + manga picada	Suco de Maracujá + torta de legumes sem leite e com aveia	495		495		516		516	
Almôço 10:30H/1:00H	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho, jardineira de legumes (couve flor, brócolis e cenoura) + maçã	Arroz, Feijão com cubos de carne bovina, farofa de cenoura + couve + laranja	Arroz colorido (vagem, cenoura), Feijão carioca, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de alface	Arroz, Feijão preto, Carne moída com legumes (cenoura e batata salsa), salada alface + agnã + pêssego	Macarrão parafuso com frango ao molho desfiado + espinafre + salada de couve-flor + mamão	PTN 13		PTN 9		PTN 12		PTN 9	
Lanche 14:00H/14:30H	Chá ervas doces/cidreira + bolo de banana sem leite sem açúcar + manga picada	Vitamina de banana e mamão com leite vegetal e aveia	Suco Maçã integral + salada de frutas (mamão, abacaxi e melão)	Creme de banana, maçã e leite vegetal	Suco de Maracujá + torta de legumes sem leite e com aveia	CAICO 146		CAICO 146		CAICO 55		CAICO 55	
Jantar 16:00H/16:30H	Quirera + carne moída ao molho + abobrinha refogada + agnã + melão	Polenta + frango ao molho + salada de acelga	Sopa de feijão (batata, mandioca, carne, cenoura) + couve + laranja	Risoto de frango (cenoura, batata, milho, frango) + rúcula + salada de vagem + mamão	Polenta com almondegas ao molho + brócolis + salada de beterraba + pêssego	VITAMINA A 286		VITAMINA A 286		VITAMINA A 102		VITAMINA A 102	
	SEGUNDA 27/11/2023	TERÇA 28/11/2023	QUARTA 29/11/2023	QUINTA 30/11/2023	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MARRA				MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TADRE			
Desjejum 7:30H/8:00H	Suco Maçã integral+ salada de frutas (mamão, abacaxi e melão)	Leite vegetal com morango + pão de queijo vegano	Logurte vegano com morango e banana batido	Vitamina de banana e mamão com leite vegetal e aveia		KCAL 515		Kcal 448		KCAL 448		Kcal 448	
Almôço 10:30H/1:00H	Arroz, Feijão carioca, Carne moída ao molho + purê de batata sem leite + salada de brócolis	Arroz integral, Feijão preto, Frango assado (sobrecoca) + cenoura e milho refogados + rúcula + melão	Arroz, Feijão carioca, Bolinho de carne ao molho + salada de acelga + melancia	Arroz, Feijão preto, Ovos mexidos, Abóbora refogada + couve + manga		CHO 55		CHO 55		CHO 55		CHO 55	
Lanche 14:00H/14:30H	Suco de abacaxi natural + ovos mexidos + melancia	Mingau de aveia com banana com leite vegetal	Suco de abacaxi natural + pizza de tapioca + melão picado	Logurte vegano com morango e banana batido		PTN 18		PTN 9		PTN 4		PTN 9	
Jantar 16:00H/16:30H	Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata) + couve + laranja	Arroz carreteiro (cenoura, batata, carne iscas, ervilha) + espinafre + salada de tomate + manga	Purê de batatas sem leite + frango ao molho + couve refogada + salada de alface	Macarrão com carne moída + cenoura e brócolis refogados + maçã		LP 7		LP 9		LP 10		LP 9	
						CAICO 251		CAICO 100		CAICO 100		CAICO 100	
						FERRO 3		FERRO 3		FERRO 3		FERRO 3	
						VITAMINA A 222		VITAMINA A 123		VITAMINA A 123		VITAMINA A 123	
						VITAMINA C 58		VITAMINA C 58		VITAMINA C 58		VITAMINA C 58	

Observações: Somente adicionar leite vegetal quando descrito no cardápio.

CMEI

ALUNO

Patrícia dos Santos Alves Garcia

Ligia Marcia Toledo Lima Vicente

Camille Consentino de Carvalho

Lidiane Correa Costa Siqueira
CRN 8 6303
Coordenadora Operacional

Assimila Garbo
CRN 8 31301
Mencionada Coordenadora Operacional

Mat Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO Nº1781

Mat Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO Nº2321

Mat Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO Nº1102