



CMEI / CEI DE 3 A 5 ANOS – CARDÁPIO AGOSTO/2026



SEM OVO

	SEGUNDA 30/8/2026	TERÇA 4/9/2026	QUARTA 5/9/2026	QUINTA 6/9/2026	SEXTA 7/9/2026	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ				MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE			
						KCAL	752	Kcal	KCAL	712	Kcal		
Desjejum 7:30H/8:00H	Café com leite + sanduíche de pão sem ovo + queijo + tomate + alface	Leite com cacau (70%) + biscoito salgado doce integral sem ovo + mamão	Café com leite + pão sem ovo com queijo + melancia	Ingrediente de morango + salada de frutas (banana, maçã e morango) com aveia sem ovo	Café com leite + bolo sem ovo	CHO	115	9	CHO	105	9		
Almoço 10:30H/11:00H	Arroz, Feijão carioca, Frango assado (sobrecoca) + purê de batata + maçã	Arroz, Feijão preto, Bandedado, Iarola de banana da terra + salada tomate e cebola + laranja	Arroz colorido, Feijão carioca, Pexa ao molho, Pito do molho de peixe, salada de alface	Arroz, Feijão preto, Carne moída ao molho, polenta + salada de azeite + banana	Arroz, Feijão carioca, Sobrecoca ao molho com cenoura, salada de brócolis + porkan	PTN	23	9	PTN	23	9		
Lanche 13:30H/14:00H	Vitamina de frutas (banana e mamão) + biscoito doce integral sem ovo	Café com leite + bolo sem ovo	Ingrediente de morango + salada de frutas (banana, maçã e morango) com aveia sem ovo	Suco de abacaxi natural + pão sem ovo com queijo + melancia	Leite com cacau (70%) + pão sem ovo com manteiga + mamão	LIP	18	9	LIP	18	9		
Jantar 15:30H/16:00H	Arroz carreteiro (cenoura, batata, carne iscas, ervilha) + salada de tomate	Polenta + Frango ao molho + salada de azeite + maçã	Macarrão sem ovo com carne moída + Legumes refogados (brócolis e cenoura) + laranja	Arroz com brócolis + FEIJOÃO CARIOCA + Frango ao molho + abóbora refogada + porkan	Purê de batatas + Carne moída ao molho + salada de alface + banana	VITAMINA A	473	Mg	VITAMINA A	516	Mg		
	SEGUNDA 10/8/2026	TERÇA 11/8/2026	QUARTA 12/8/2026	QUINTA 13/8/2026	SEXTA 14/8/2026	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ				MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE			
Desjejum 7:30H/8:00H	Leite com cacau (70%) + pão sem ovo com manteiga + porkan	Café com leite + biscoito doce integral sem ovo + banana	Leite com cacau (70%) + sanduíche de pão sem ovo + queijo + tomate + alface	Café com leite + pão de queijo vegano	Leite com cacau (70%) + pão sem ovo com patê de frango com requieijo + mamão	KCAL	743	Kcal	KCAL	715	Kcal		
Almoço 10:30H/11:00H	Arroz, Feijão preto, Carne moída com legumes (abobrinha e cenoura) + salada de alface + maçã	Arroz, Feijão carioca, Frango (saassam) grelhado, salada de azeite + melancia	Arroz colorido, Feijão preto, Carne moída ao molho + suco, salada de repolho com tomate + melão	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho, Jardiniera de legumes (batata, brócolis e cenoura) + mamão	Vitamina de frutas (banana e abacaxi) + biscoito doce integral sem ovo	PTN	23	9	PTN	21	9		
Lanche 13:30H/14:00H	Cenoura + banana	Suco de manga + pão sem ovo com patê de frango com requieijo + mamão	Café com leite + pão de queijo vegano	Suco de uva integral, sanduíche de pão sem ovo + queijo + tomate + alface	Arroz, Feijão preto, Carne bovina cubos ao molho com mandioca + salada de alface + laranja	LIP	20	9	LIP	18	9		
Jantar 15:30H/16:00H	Macarrão sem ovo, Frango ao molho desidratado, legumes refogados (brócolis e cenoura) + melão	Polenta com Carne moída ao molho + salada de beterraba + maçã	Arroz, Frango ao molho com legumes (batata, cenoura, milho) + salada de alface + melancia	Sopa de FEIJOÃO PRETO (batata, mandioca, carne e cenoura) + couve + batata	Purê de batatas + Frango ao molho + salada de repolho com tomate	CALCIO	493	Mg	CALCIO	391	Mg		
	SEGUNDA 17/8/2026	TERÇA 18/8/2026	QUARTA 19/8/2026	QUINTA 20/8/2026	SEXTA 21/8/2026	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ				MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE			
Desjejum 7:30H/8:00H	Ingrediente de morango + biscoito doce integral sem ovo + banana	Leite com cacau (70%) + pão sem ovo com requieijo	Café com leite + bolo sem ovo	Leite com cacau (70%) + bauri de forno com pão sem ovo + mamão	Café com leite + pão sem ovo com queijo/margarina	KCAL	716	Kcal	KCAL	692	Kcal		
Almoço 10:30H/11:00H	Arroz integral, Feijão carioca, Frango (saassam) ao molho, salada de alface + porkan	Arroz, Feijão preto, Carne moída ao molho, purê de batata, salada de brócolis + melancia	Arroz, Frango ao molho com legumes (batata, cenoura, milho) + salada de tomate + banana	Arroz, Feijão preto, Carne bovina cubos ao molho, purê de carne, salada beterraba + maçã	Arroz, Feijão carioca, Frango grelhado + Abóbora refogada + melão	CHO	106	9	CHO	105	9		
Lanche 13:30H/14:00H	Café com leite + pão sem ovo com queijo/margarina	Leite com morango + bolo sem ovo	Suco de pêssego + bauri de forno com pão	Ingrediente de morango + biscoito doce integral sem ovo + banana	Suco de maracujá + pão sem ovo com requieijo	PTN	20	9	PTN	22	9		
Jantar 15:30H/16:00H	Macarrão sem ovo com carne moída + Legumes refogados (brócolis e cenoura)	Sopa de frango + mandioca + beterraba + abobrinha + porkan	Arroz com cenoura + Carne moída ao molho + abobrinha refogada + FEIJOÃO CARIOCA + melancia	Purê de batatas + Frango ao molho + salada de tomate + melão	Risoto de carne (batata, cenoura, carne moída, ervilha) + salada de alface + maçã	LIP	18	9	LIP	19	9		
						CALCIO	405	Mg	CALCIO	394	Mg		
						FERRO	4	Mg	FERRO	4	Mg		
						VITAMINA A	395	Mg	VITAMINA A	490	Mg		
						VITAMINA C	46	Mg	VITAMINA C	41	Mg		

Observações: Pães, Biscoitos, Bolos, Farinha de trigo, Cereais (aveia) sem traços de ovos.

CMEI

ALUNO

Patricia dos Santos Alves Garcia

Lajim Márcia Toledo Faria Vicente

Camille Constantino de Carvalho

Matr. Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO N°781

Matr. Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO N°221

Matr. Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO N°102

Larissa Costa Costa 2023

CRN 8º REGIÃO N°102

CRN 15649



CMEI / CEI DE 3 A 5 ANOS – CARDÁPIO AGOSTO/2026



SEM OVO

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
	24/8/2026	25/8/2026	26/8/2026	27/8/2026	28/8/2026		
Desjejum 7:30H/8:00H	Leite com cacau (70%) + pão sem ovo com requeijão	Café com leite + bolo sem ovo + melão	Leite com cacau (70%) + pão sem ovo + manteiga	Café com leite + biscoito salgado/doce integral sem ovo + banana	Suco de uva integral + pão sem ovo com carne moída ao molho, alface, cenoura ralada + bolo sem ovo	KCAL 712 CHO 110 PTN 24 LIP 20	KCAL 701 CHO 100 PTN 20 LIP 18
Almoco 10:30H/1:00H	Arroz, Feijão com cubos de carne bovina + farofa de cenoura + laranja	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho com legumes (abobrinha e cenoura) + salada de tomate + mamão	Arroz, Feijão preto, Carne moída ao molho, salada de acelga + maçã	Arroz colado, Feijão carioca, Peixe ao alface	Macarrão sem ovo + Frango ao molho destilado + salada de beterraba + melancia	9 9 9	9 9 9
Lanche 13:30H/14:00H	Café com leite + biscoito salgado/doce integral sem ovo + melancia	Leite com cacau (70%) + pão sem ovo + manteiga	Suco de acerola + bolo sem ovo + laranja	Leite com cacau (70%) + pão sem ovo com requeijão	Suco de uva integral + pão sem ovo com carne moída ao molho, alface, cenoura ralada + bolo sem ovo	406 5 406	493 4 493
Jantar 15:30H/16:00H	Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata) + melão	Poleenta com carne moída ao molho + salada de acelga + maçã	Macarrão sem ovo, Frango ao molho destilado, legumes refogados (chuchu e cenoura) + mamão	Receito de carne batida, cenoura, carne moída, ervilha) + salada de cenoura + melancia	Arroz com cenoura + FEIJÃO PRETO + Frango ao molho + abóbora refogada	398 46 398	502 49 502
	SEGUNDA 31/8/2026					MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE
Desjejum 7:30H/8:00H	Café com leite + sanduíche de pão sem ovo + queijo + tomate + alface					KCAL 699 CHO 124 PTN 20 LIP 15	KCAL 513 CHO 99 PTN 19 LIP 12
Almoco 10:30H/1:00H	Arroz, Feijão carioca, Frango grelhado + legumes refogados (chuchu e cenoura) + melão					9 9 9	9 9 9
Lanche 13:30H/14:00H	Vitaminia de frutas (banana e mamão) + biscoito doce integral sem ovo					215 4 215	195 3 195
Jantar 15:30H/16:00H	Arroz carreteiro (cenoura, batata, carne fraca, ervilha) + salada de tomate + pomar					295 4 295	231 3 231
						63 Mg 63	115 Mg 115

Observações: Pães, Biscoitos, Bolos, Farinha de trigo, Cereais (aveia) sem traços de ovos.

CMEI

ALUNO

Patricia dos Santos Alves Tuncia

Ligia Marcon Toledo Faria Vicente

Carmel Consistent de Carvalho

Mat Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO N°1781

Mat Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO N°2321

Mat Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO N°1102

Assinatura e Carimbo do(a) Responsável

Assinatura e Carimbo do(a) Responsável