

CMEI / CEI DE 3 A 5 ANOS -- CARDÁPIO MAIO/2024

Dia	Período	Descrição	QUARTA 18/5/2024		QUINTA 19/5/2024		SEXTA 20/5/2024	
			Valor	Unidade	Valor	Unidade	Valor	Unidade
Desjejum 7:30H/8:00H	SEGUNDA 6/5/2024	Café com leite + pão de cenoura + queijo/margarina	555	Kcal	555	Kcal	555	Kcal
			105	g	105	g	105	g
			21	g	9	g	20	g
Almooço 10:30H/11:00H	TERÇA 7/5/2024	Arroz, Feijão preto, Carne ao molho, quitera, salada de beterraba + maçã	84	g	84	g	84	g
			7	g	9	g	8	g
			3	g	4	g	3	g
Lanche 14:00H/14:30H	QUARTA 8/5/2024	Lanche com pão, sanduiche de pão fatiado + queijo + tomate + alface	255	g	255	g	255	g
			3	g	4	g	3	g
			7	g	8	g	9	g
Jantar 16:00H/16:30H	QUINTA 9/5/2024	Polenta + Carne moída ao molho + salada de acelga + maçã	49	g	49	g	49	g
			254	g	210	g	210	g
			254	g	210	g	210	g
Desjejum 7:30H/8:00H	SEXTA 10/5/2024	Suco de abacaxi natural + pão doce com ovo + ponkan	611	Kcal	611	Kcal	611	Kcal
			105	g	100	g	100	g
			23	g	20	g	9	g
Almooço 10:30H/11:00H	SEGUNDA 13/5/2024	Arroz, Feijão preto, Boinho de carne ao molho, salada de aipoim + maçã	231	g	231	g	231	g
			4	g	3	g	3	g
			231	g	108	g	108	g
Lanche 14:00H/14:30H	TERÇA 14/5/2024	Mingau de chocolate + ponkan	303	g	303	g	303	g
			69	g	25	g	25	g
			69	g	25	g	25	g
Jantar 16:00H/16:30H	QUARTA 16/5/2024	Purê de batatas + Frango ao molho + salada de tomate	289	g	289	g	289	g
			10	g	9	g	9	g
			10	g	9	g	9	g
Desjejum 7:30H/8:00H	QUINTA 18/5/2024	Café com leite + biscoito salgado integral + ponkan	120	g	120	g	120	g
			21	g	18	g	9	g
			21	g	18	g	9	g
Almooço 10:30H/11:00H	SEXTA 17/5/2024	Arroz, Feijão preto, Barrado, farofa de banana (sobrecoca) + creme de milho + melão	289	g	289	g	289	g
			10	g	9	g	9	g
			10	g	9	g	9	g
Lanche 14:00H/14:30H	QUINTA 20/5/2024	Lanche com pão, sanduiche de pão fatiado + queijo + tomate + alface	254	g	254	g	254	g
			254	g	210	g	210	g
			254	g	210	g	210	g
Jantar 16:00H/16:30H	SEXTA 24/5/2024	Polenta + Carne moída ao molho + salada de acelga + ponkan	289	g	289	g	289	g
			10	g	9	g	9	g
			10	g	9	g	9	g

Observações:
 CMEI
 ALUNO

Patricia dos Santos Alves Garcia
 Mat Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO
 Nº1781

Lígia Márcia Toledo Faria Vicente
 Mat Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO
 Nº2321

Camile Consórcio de Carvalho
 Mat Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO
 Nº1102

Mariana Pereira Costa Sistiella
 CRN 8 1130
 Coordenadora Operacional

Amanda Galvão
 CRN 8 1130
 Nutricionista Sanitária Operacional

CMEI
 Observações:

CMEI / CEI DE 3 A 5 ANOS – CARDÁPIO MAIO/2024



Dia	Horário	Descrição do Alimento	Observações	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL (MÁXIMO)		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL (MÍNIMO)					
				KCAL	KG	KCAL	KG				
SEGUNDA	20/5/2024	TERÇA	21/5/2024	QUARTA	22/5/2024	QUINTA	23/5/2024	SEXTA	24/5/2024	SEXTA	25/5/2024
Desjejum 7:30H/8:00H	Chá com leite + pão de milho + manteiga	L Leite com mamão + Bolo cenoura sem cobertura + caqui	Café com leite + biscoito polvilho + mamão	Arroz integral, Feijão preto, Frango ao molho, jardineira de legumes (chuchu, cenoura e vagem) + banana	Arroz colorido, Feijão carioca, Quibe assado, salada repolho + caqui	Arroz colorido, Feijão carioca, Quibe assado, salada repolho + caqui	Arroz colorido, Feijão carioca, Quibe assado, salada repolho + caqui	Suco natural de abacaxi + Pão de leite com frango desfiado ao molho, alface, cenoura ralada + bolo de cenoura sem cobertura	Suco natural de abacaxi + Pão de leite com frango desfiado ao molho, alface, cenoura ralada + bolo de cenoura sem cobertura	Suco natural de abacaxi + Pão de leite com frango desfiado ao molho, alface, cenoura ralada + bolo de cenoura sem cobertura	Suco natural de abacaxi + Pão de leite com frango desfiado ao molho, alface, cenoura ralada + bolo de cenoura sem cobertura
Almogo 10:30H/1:00H	Macarrão parafuso, Frango ao molho desfiado, salada de tomate + maçã	Arroz, Feijão carioca, Ovos mexidos, abóbora refogada + ponkan	Arroz integral, Feijão preto, Frango ao molho, jardineira de legumes (chuchu, cenoura e vagem) + banana	Arroz colorido, Feijão carioca, Quibe assado, salada repolho + caqui	Arroz colorido, Feijão carioca, Quibe assado, salada repolho + caqui	Arroz colorido, Feijão carioca, Quibe assado, salada repolho + caqui	Arroz colorido, Feijão carioca, Quibe assado, salada repolho + caqui	Risoto de carne (batata, cenoura, carne moída) + salada de cenoura + mielândia	Risoto de carne (batata, cenoura, carne moída) + salada de cenoura + mielândia	Risoto de carne (batata, cenoura, carne moída) + salada de cenoura + mielândia	Risoto de carne (batata, cenoura, carne moída) + salada de cenoura + mielândia
Lanche 14:00H/14:30H	Café com leite + pão fatiado integral + queijo/margarina	Yogurte morango + Biscoito doce integral + banana	Suco de morango + torta de frango com legumes + maçã	Café com leite + biscoito polvilho + banana	Café com leite + biscoito polvilho + laranja	Café com leite + biscoito polvilho + laranja	Café com leite + biscoito polvilho + laranja	Suco natural de abacaxi + Pão de leite com frango desfiado ao molho, alface, cenoura ralada + bolo de cenoura sem cobertura	Suco natural de abacaxi + Pão de leite com frango desfiado ao molho, alface, cenoura ralada + bolo de cenoura sem cobertura	Suco natural de abacaxi + Pão de leite com frango desfiado ao molho, alface, cenoura ralada + bolo de cenoura sem cobertura	Suco natural de abacaxi + Pão de leite com frango desfiado ao molho, alface, cenoura ralada + bolo de cenoura sem cobertura
Jantar 16:00H/16:30H	Purê de batatas + Carne moída ao molho + salada de pepino + ponkan	Polenta + Frango ao molho + salada de acelga + caqui	Macarrão com carne moída + Legumes refogados (abobrinha e cenoura) + melancia	Risoto de frango (cenoura, batata, milho, frango) + rúcula + salada de abobrinha + maçã	Risoto de frango (cenoura, batata, milho, frango) + rúcula + salada de abobrinha + maçã	Risoto de frango (cenoura, batata, milho, frango) + rúcula + salada de abobrinha + maçã	Risoto de frango (cenoura, batata, milho, frango) + rúcula + salada de abobrinha + maçã	Quirera + Carne moída ao molho + abobrinha refogada	Quirera + Carne moída ao molho + abobrinha refogada	Quirera + Carne moída ao molho + abobrinha refogada	Quirera + Carne moída ao molho + abobrinha refogada
Desjejum 7:30H/8:00H	Suco de maracujá + pão fatiado integral com requeijão	Café com leite + bolo de laranja + ponkan	Vitamina de frutas (banana e abacate) + biscoito doce integral	Arroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de alface	Arroz, Feijão carioca, Frango (sassam) grelhado, salada de acelga + maçã	Arroz, Feijão carioca, Frango (sassam) grelhado, salada de acelga + maçã	Arroz, Feijão carioca, Frango (sassam) grelhado, salada de acelga + maçã	Arroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de alface	Arroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de alface	Arroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de alface	Arroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de alface
Almogo 10:30H/1:00H	Arroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de alface	Arroz, Feijão carioca, Frango (sassam) grelhado, salada de acelga + maçã	Arroz, Feijão carioca, Frango (sassam) grelhado, salada de acelga + maçã	Arroz, Feijão carioca, Frango (sassam) grelhado, salada de acelga + maçã	Arroz, Feijão carioca, Frango (sassam) grelhado, salada de acelga + maçã	Arroz, Feijão carioca, Frango (sassam) grelhado, salada de acelga + maçã	Arroz, Feijão carioca, Frango (sassam) grelhado, salada de acelga + maçã	Arroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de alface	Arroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de alface	Arroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de alface	Arroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de alface
Lanche 14:00H/14:30H	Café com leite + biscoito salgado integral + ponkan	Suco de abacaxi natural + pão de leite com ovo + melão	Suco integral de maçã + bolo de tubá + maçã	Arroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de alface	Arroz, Feijão carioca, Frango (sassam) grelhado, salada de acelga + maçã	Arroz, Feijão carioca, Frango (sassam) grelhado, salada de acelga + maçã	Arroz, Feijão carioca, Frango (sassam) grelhado, salada de acelga + maçã	Arroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de alface	Arroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de alface	Arroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de alface	Arroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de alface
Jantar 16:00H/16:30H	Quirera + Frango ao molho + abobrinha refogada + maçã	Arroz carreteiro (cenoura, batata, carne iscas, ervilha) + salada de tomate + caqui	Sopa de frango + mandioca + beterraba + abobrinha + melão	Arroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de alface	Arroz, Feijão carioca, Frango (sassam) grelhado, salada de acelga + maçã	Arroz, Feijão carioca, Frango (sassam) grelhado, salada de acelga + maçã	Arroz, Feijão carioca, Frango (sassam) grelhado, salada de acelga + maçã	Arroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de alface	Arroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de alface	Arroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de alface	Arroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de alface
ALUNO											

Observações:

CMEI

Particida dos Santos Alves Garcia
Mat. Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO Nº 1781

Ligia Marcia Toledo Faria Vicente
Mat. Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO Nº 2321

Camille Consentino de Carvalho
Mat. Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO Nº 1102

Edilaine Carolina Costa Simões
CRN 8 6305
Coordenadora Operacional

Amanda Gabala
CRN 8 11301
Mantenedora Escolar Operacional

BCCS

AB

SEGUNDA 20/05/2024		TERÇA 21/05/2024		QUARTA 22/05/2024		QUINTA 23/05/2024		SEXTA 24/05/2024		SÁBADO 25/05/2024		DOMINGO 26/05/2024	
Desjejum 7:30H/8:00H	Ciã com leite vegetal + pão sem leite + creme vegetal	Leite vegetal com mamão + Bolo sem leite + caqui	Café com leite vegetal + biscoito polvilho sem leite + mamão	Ingurte vegano sabor morango + biscoito doce integral sem leite + banana	Arroz colorido, Feijão carioca, Quibe assado, salada repolho + caqui	Suco natural de abacaxi + Pão sem leite com frango desfiado ao molho, alface, cenoura ralada + bolo sem leite	Arroz integral, Feijão preto, Frango ao molho, Jardineira de legumes (chuchu, cenoura e vagem) + banana	Risoto de carne (batata, cenoura, carne moída) + salada de cenoura + melancia	Suco natural de abacaxi + Pão sem leite com frango desfiado ao molho, alface, cenoura ralada + bolo sem leite	Suco natural de abacaxi + Pão sem leite com frango desfiado ao molho, alface, cenoura ralada + bolo sem leite	Suco natural de abacaxi + Pão sem leite com frango desfiado ao molho, alface, cenoura ralada + bolo sem leite	Suco natural de abacaxi + Pão sem leite com frango desfiado ao molho, alface, cenoura ralada + bolo sem leite	Suco natural de abacaxi + Pão sem leite com frango desfiado ao molho, alface, cenoura ralada + bolo sem leite
Almoco 10:30H/1:00H	Macarão parafuso, Frango ao molho desfiado, salada de tomate + maçã	Arroz, Feijão carioca, Ovos mexidos, abobora refogada + ponkan	Arroz, Feijão preto, Frango ao molho, batata cozida, salada de alface + maçã	Arroz integral, Feijão preto, Frango ao molho, batata cozida, salada de alface + maçã	Arroz, Feijão carioca, Quibe assado, salada repolho + caqui	Arroz, Feijão preto, Frango ao molho, batata cozida, salada de alface + maçã	Arroz, Feijão preto, Frango ao molho, batata cozida, salada de alface + maçã	Arroz, Feijão preto, Frango ao molho, batata cozida, salada de alface + maçã	Arroz, Feijão preto, Frango ao molho, batata cozida, salada de alface + maçã	Arroz, Feijão preto, Frango ao molho, batata cozida, salada de alface + maçã	Arroz, Feijão preto, Frango ao molho, batata cozida, salada de alface + maçã	Arroz, Feijão preto, Frango ao molho, batata cozida, salada de alface + maçã	Arroz, Feijão preto, Frango ao molho, batata cozida, salada de alface + maçã
Lanche 14:00H/14:30H	Café com leite vegetal + pão frito integral sem leite + queijo vegano + creme vegetal	Ingurte vegano sabor morango + biscoito doce integral sem leite + banana	Suco de morango + laranja de frango com legumes sem leite + maçã	Café com leite vegetal + biscoito polvilho sem leite + laranja	Suco natural de abacaxi + Pão sem leite com frango desfiado ao molho, alface, cenoura ralada + bolo sem leite	Suco natural de abacaxi + Pão sem leite com frango desfiado ao molho, alface, cenoura ralada + bolo sem leite	Suco natural de abacaxi + Pão sem leite com frango desfiado ao molho, alface, cenoura ralada + bolo sem leite	Suco natural de abacaxi + Pão sem leite com frango desfiado ao molho, alface, cenoura ralada + bolo sem leite	Suco natural de abacaxi + Pão sem leite com frango desfiado ao molho, alface, cenoura ralada + bolo sem leite	Suco natural de abacaxi + Pão sem leite com frango desfiado ao molho, alface, cenoura ralada + bolo sem leite	Suco natural de abacaxi + Pão sem leite com frango desfiado ao molho, alface, cenoura ralada + bolo sem leite	Suco natural de abacaxi + Pão sem leite com frango desfiado ao molho, alface, cenoura ralada + bolo sem leite	Suco natural de abacaxi + Pão sem leite com frango desfiado ao molho, alface, cenoura ralada + bolo sem leite
Jantar 16:00H/16:30H	Purê de batatas sem leite + Carne moída ao molho + salada de pepino + ponkan	Polenta + Frango ao molho + salada de acelga + caqui	Macarão com carne moída + Legumes refogados (abobrinha e cenoura) + melancia	Risoto de frango (cenoura, batata, milho, frango) + feijão + salada de abobrinha + maçã	Quirera + Carne moída ao molho + abobrinha refogada	Quirera + Carne moída ao molho + abobrinha refogada	Quirera + Carne moída ao molho + abobrinha refogada	Quirera + Carne moída ao molho + abobrinha refogada	Quirera + Carne moída ao molho + abobrinha refogada	Quirera + Carne moída ao molho + abobrinha refogada	Quirera + Carne moída ao molho + abobrinha refogada	Quirera + Carne moída ao molho + abobrinha refogada	Quirera + Carne moída ao molho + abobrinha refogada
Desjejum 7:30H/8:00H	Suco de maracujá + pão frito integral sem leite com requeijão vegano	Café com leite vegetal + bolo sem leite + ponkan	Vitamina de frutas (banana e abacate) com leite vegetal + biscoito doce integral sem leite	Arroz, Feijão preto, Frango ao molho, batata cozida, salada de alface + maçã	Arroz, Feijão preto, Frango ao molho, batata cozida, salada de alface + maçã	Arroz, Feijão preto, Frango ao molho, batata cozida, salada de alface + maçã	Arroz, Feijão preto, Frango ao molho, batata cozida, salada de alface + maçã	Arroz, Feijão preto, Frango ao molho, batata cozida, salada de alface + maçã	Arroz, Feijão preto, Frango ao molho, batata cozida, salada de alface + maçã	Arroz, Feijão preto, Frango ao molho, batata cozida, salada de alface + maçã	Arroz, Feijão preto, Frango ao molho, batata cozida, salada de alface + maçã	Arroz, Feijão preto, Frango ao molho, batata cozida, salada de alface + maçã	Arroz, Feijão preto, Frango ao molho, batata cozida, salada de alface + maçã
Almoco 10:30H/1:00H	Arroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho, Pão do molho de peixe, salada de alface	Arroz, Feijão carioca, Frango (gassam) grelhado, salada de acelga + maçã	Arroz, Feijão preto, Frango ao molho, batata cozida, salada de alface + maçã	Arroz, Feijão preto, Frango ao molho, batata cozida, salada de alface + maçã	Arroz, Feijão preto, Frango ao molho, batata cozida, salada de alface + maçã	Arroz, Feijão preto, Frango ao molho, batata cozida, salada de alface + maçã	Arroz, Feijão preto, Frango ao molho, batata cozida, salada de alface + maçã	Arroz, Feijão preto, Frango ao molho, batata cozida, salada de alface + maçã	Arroz, Feijão preto, Frango ao molho, batata cozida, salada de alface + maçã	Arroz, Feijão preto, Frango ao molho, batata cozida, salada de alface + maçã	Arroz, Feijão preto, Frango ao molho, batata cozida, salada de alface + maçã	Arroz, Feijão preto, Frango ao molho, batata cozida, salada de alface + maçã	Arroz, Feijão preto, Frango ao molho, batata cozida, salada de alface + maçã
Lanche 14:00H/14:30H	Café com leite vegetal + biscoito salgado integral sem leite + ponkan	Suco de abacaxi natural + pão sem leite com ovo + melão	Suco integral de maçã + bolo sem leite + maçã	Suco natural de abacaxi + Pão sem leite com frango desfiado ao molho, alface, cenoura ralada + bolo sem leite	Suco natural de abacaxi + Pão sem leite com frango desfiado ao molho, alface, cenoura ralada + bolo sem leite	Suco natural de abacaxi + Pão sem leite com frango desfiado ao molho, alface, cenoura ralada + bolo sem leite	Suco natural de abacaxi + Pão sem leite com frango desfiado ao molho, alface, cenoura ralada + bolo sem leite	Suco natural de abacaxi + Pão sem leite com frango desfiado ao molho, alface, cenoura ralada + bolo sem leite	Suco natural de abacaxi + Pão sem leite com frango desfiado ao molho, alface, cenoura ralada + bolo sem leite	Suco natural de abacaxi + Pão sem leite com frango desfiado ao molho, alface, cenoura ralada + bolo sem leite	Suco natural de abacaxi + Pão sem leite com frango desfiado ao molho, alface, cenoura ralada + bolo sem leite	Suco natural de abacaxi + Pão sem leite com frango desfiado ao molho, alface, cenoura ralada + bolo sem leite	Suco natural de abacaxi + Pão sem leite com frango desfiado ao molho, alface, cenoura ralada + bolo sem leite
Jantar 16:00H/16:30H	Quirera + Frango ao molho + abobrinha refogada + maçã	Arroz, Feijão preto, Frango ao molho, batata cozida, salada de alface + maçã	Sopa de frango + mandioca + batatinha + abobrinha + melão	Suco natural de abacaxi + Pão sem leite com frango desfiado ao molho, alface, cenoura ralada + bolo sem leite	Suco natural de abacaxi + Pão sem leite com frango desfiado ao molho, alface, cenoura ralada + bolo sem leite	Suco natural de abacaxi + Pão sem leite com frango desfiado ao molho, alface, cenoura ralada + bolo sem leite	Suco natural de abacaxi + Pão sem leite com frango desfiado ao molho, alface, cenoura ralada + bolo sem leite	Suco natural de abacaxi + Pão sem leite com frango desfiado ao molho, alface, cenoura ralada + bolo sem leite	Suco natural de abacaxi + Pão sem leite com frango desfiado ao molho, alface, cenoura ralada + bolo sem leite	Suco natural de abacaxi + Pão sem leite com frango desfiado ao molho, alface, cenoura ralada + bolo sem leite	Suco natural de abacaxi + Pão sem leite com frango desfiado ao molho, alface, cenoura ralada + bolo sem leite	Suco natural de abacaxi + Pão sem leite com frango desfiado ao molho, alface, cenoura ralada + bolo sem leite	Suco natural de abacaxi + Pão sem leite com frango desfiado ao molho, alface, cenoura ralada + bolo sem leite

Observação: somente adicionar leite vegetal quando descrito no cardápio. Pães, biscoitos, bolos, cereais, aveia e farinha sem glúten de leite

CHIBI

ALUNO

Patricia 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

Camille Consentino de Carvalho
Mat Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO
Nº1102

Adriana Correa Costa Siodda
CRN 8 6383
Coordenadora Operacional

Anamaria Galvão
CRN 8 11301
Médica Nutricionista Especialista Operacional

Handwritten signature

Handwritten signature

Handwritten signature

MÉDIA SEMANAL VIGIA NUTRICIONAL MAMÃ				MÉDIA SEMANAL VIGIA NUTRICIONAL PAPE			
KCAL	Kcal	KCAL	Kcal	KCAL	Kcal	KCAL	Kcal
512	512	612	612				
CHD	65	CHD	69				
PTN	16	PTN	16				
LP	8	LP	10				
CALCIO	296	CALCIO	128				
FERRO	4	FERRO	3				
VITAMINA A	206	VITAMINA A	197				
VITAMINA C	64	VITAMINA C	72				
KCAL	603	KCAL	205				
CHD	100	CHD	95				
PTN	19	PTN	15				
LP	13	LP	10				
CALCIO	216	CALCIO	204				
FERRO	3	FERRO	4				
VITAMINA A	200	VITAMINA A	208				
VITAMINA C	56	VITAMINA C	64				

APLV + SEM OVO

SEGUNDA		TERÇA		QUARTA		QUINTA		SEXTA	
18/08/2024		19/08/2024		20/08/2024		21/08/2024		22/08/2024	
Desjejum 7:30H/8:00H									
Almoço 10:30H/1:00H									
Lanche 14:00H/14:30H									
Jantar 16:00H/16:30H									
SEGUNDA 06/08/2024									
Desjejum 7:30H/8:00H									
Almoço 10:30H/1:00H									
Lanche 14:00H/14:30H									
Jantar 16:00H/16:30H									
TERÇA 07/08/2024									
Desjejum 7:30H/8:00H									
Almoço 10:30H/1:00H									
Lanche 14:00H/14:30H									
Jantar 16:00H/16:30H									
QUARTA 08/08/2024									
Desjejum 7:30H/8:00H									
Almoço 10:30H/1:00H									
Lanche 14:00H/14:30H									
Jantar 16:00H/16:30H									
QUINTA 09/08/2024									
Desjejum 7:30H/8:00H									
Almoço 10:30H/1:00H									
Lanche 14:00H/14:30H									
Jantar 16:00H/16:30H									
SEXTA 10/08/2024									
Desjejum 7:30H/8:00H									
Almoço 10:30H/1:00H									
Lanche 14:00H/14:30H									
Jantar 16:00H/16:30H									
SABADO 11/08/2024									
DOMINGO 12/08/2024									
ALUNO									

Observação: somente adicionar leite vegetal quando descrito no cardápio. Pães, Biscoitos, bolos, sorvetes, sucos e frutas sem tempo de leite e ovos

Patricia 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

Cantile Consenino De Carvalho
Mat Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO
Nº1102

Fabiana Cristina Costa Sobrinha
CRN 8 4431
Coordenadora Operacional

Amélia Oliveira
CRN 8 1120
Nutricionista Sanitária Operacional

pe

ccs

AO

SEGUNDA 20/5/2024		TERÇA 21/5/2024		QUARTA 22/5/2024		QUINTA 23/5/2024		SEXTA 24/5/2024	
Desjejum 7:30H/8:00H	Chá com leite vegetal + pão sem leite sem ovos + creme vegetal	Leite vegetal com mamão + Bolo sem leite sem ovos + caqui	Café com leite vegetal + biscoito polvilho sem leite sem ovos + mamão	Arroz integral, Feijão preto, Frango ao molho, Jaridinha de legumes (chuchu, cenoura e vagem) + banana	Arroz colorido, Feijão carioca, Quibe assado sem ovos, salada repolho + caqui	Arroz colorido, Feijão carioca, Salada de abobrinha + milho + banana	Suco natural de abacaxi + Pão sem leite sem ovos com frango desfiado ao molho, alicia, cenoura ralada + bolo sem leite sem ovos		
Almogo 10:30H/1:00H	Macarrão parafuso sem ovos, Frango ao molho desfiado, salada de tomate + maçã	Arroz, Feijão carioca, Carne ao molho, abóbora refogada + portkan	Arroz integral, Feijão preto, Frango ao molho, Jaridinha de legumes (chuchu, cenoura e vagem) + banana	Arroz de morango + pão sem leite sem ovos com frango desfiado ao molho + maçã	Café com leite vegetal + biscoito polvilho sem leite sem ovos + laranja	Suco natural de abacaxi + Pão sem leite sem ovos com frango desfiado ao molho, alicia, cenoura ralada + bolo sem leite sem ovos			
Lanche 14:00H/14:30H	Café com leite vegetal + pão fatiado integral sem leite sem ovos + queijo vegano + creme vegetal	Legume vegano sabor morango + biscoito doce integral sem leite sem ovos + banana	Suco de morango + pão sem leite sem ovos com frango desfiado ao molho + maçã	Risoto de frango (cenoura, batata, milho, frango) + ricada + salada de abobrinha + maçã	Quirera + Carne moída ao molho + abobrinha refogada				
Jantar 16:00H/16:30H	Purê de batatas sem leite + Carne moída ao molho + salada de pepino + portkan	Poenta + Frango ao molho + salada de azeitona + caqui	Macarrão sem ovos com carne moída + Legumes refogados (abobrinha e cenoura) + melancia	Risoto de frango (cenoura, batata, milho, frango) + ricada + salada de abobrinha + maçã	Quirera + Carne moída ao molho + abobrinha refogada				
SEGUNDA 27/5/2024									
TERÇA 28/5/2024									
QUARTA 29/5/2024									
QUINTA 30/5/2024									
SEXTA 31/5/2024									
Desjejum 7:30H/8:00H	Suco de maracujá + pão fatiado integral sem leite sem ovos com requieijo vegano	Café com leite vegetal + bolo sem leite sem ovos + portkan	Vitamina de frutas (banana e abacaxi) com leite vegetal + biscoito doce integral sem leite sem ovos						
Almogo 10:30H/1:00H	Arroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho, Prádo do molho de peixe, salada de alface	Arroz, Feijão carioca, Frango (saussam) grelhado, salada de azeitona + maçã	Arroz, Feijoadas com cubos de carne bovina, farofa de cenoura + laranja						
Lanche 14:00H/14:30H	Café com leite vegetal + biscoito salgado integral sem leite sem ovos + portkan	Suco de abacaxi natural + bolo sem leite sem ovos com frango desfiado + melão	Suco integral de maçã + bolo sem leite sem ovos + maçã						
Jantar 16:00H/16:30H	Quirera + Frango ao molho + abobrinha refogada + maçã	Arroz, Carreleiro (cenoura, batata, carne iscas, ervilha) + salada de tomate + caqui	Sopa de frango + mandioca + beterraba + abobrinha + melão						

Observação: somente adicione leite vegetal quando descrito no cardápio. Pães, biscoitos, bolos, creques, aveia e farinhas sem traços de leite e ovos

ALUNO

CMEI

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

Ligia Márcia Toledo Faria Vicente
Mat Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO Nº 2321

BE

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

BCCS

Liliane Costa Costa Salsola
CRN 8 6305 Coordenadora Operacional

BA

Amanda Galvão
CRN 8 1191 Nutricionista Coordenadora Operacional

RECESSO

INTOLERÂNCIA A LACTOSE

Dia	Horário	Descrição do Alimento	MÉDIA SEMANA - VALOR NUTRICIONAL MÁXIMO		MÉDIA SEMANA - VALOR NUTRICIONAL MÍNIMO	
			KCAL	Kcal	KCAL	Kcal
SEGUNDA 09/05/2024	Desjejum 7:30H/8:00H	Suco integral de uva, sanduíche de pão frito sem lactose + queijo sem lactose + tomate+ alicafe	KCAL	555	KCAL	480
			CHO	100	CHO	84
			PRO	21	PRO	20
Almoco 10:30H/11:00H	Arroz, Feijão preto, Carne ao molho com legumes (alpin e cenoura), salada de acelga + banana	KCAL	284	KCAL	210	
		CHO	3	CHO	4	
		PRO	7	PRO	8	
Lanche 14:00H/14:30H	Chá com limão, sanduíche de pão frito sem lactose + queijo sem lactose + tomate+ alicafe	KCAL	208	KCAL	123	
		CHO	3	CHO	4	
		PRO	7	PRO	8	
Jantar 16:00H/16:30H	Polenta + Carne moída ao molho + salada de acelga + pontkan	KCAL	264	KCAL	210	
		CHO	3	CHO	4	
		PRO	7	PRO	8	
Observação: Leite sem lactose, Pães, biscoitos, bolos, cereais (aveia) e farinhas sem traços de lactose			MÉDIA SEMANA - VALOR NUTRICIONAL MÁXIMO			
Observação: Leite sem lactose, Pães, biscoitos, bolos, cereais (aveia) e farinhas sem traços de lactose			MÉDIA SEMANA - VALOR NUTRICIONAL MÍNIMO			
Observação: Leite sem lactose, Pães, biscoitos, bolos, cereais (aveia) e farinhas sem traços de lactose			MÉDIA SEMANA - VALOR NUTRICIONAL MÁXIMO			
Observação: Leite sem lactose, Pães, biscoitos, bolos, cereais (aveia) e farinhas sem traços de lactose			MÉDIA SEMANA - VALOR NUTRICIONAL MÍNIMO			

SEGUNDA 14/05/2024

TERÇA 15/05/2024

QUARTA 16/05/2024

QUINTA 17/05/2024

SEXTA 18/05/2024

SÁBADO 19/05/2024

SUNDIA 20/05/2024

DOMINGO 21/05/2024

MONTEIRO 22/05/2024

TUESDAY 23/05/2024

WEDNESDAY 24/05/2024

THURSDAY 25/05/2024

FRIDAY 26/05/2024

SATURDAY 27/05/2024

SUNDAY 28/05/2024

MONDAY 29/05/2024

TUESDAY 30/05/2024

WEDNESDAY 31/05/2024

THURSDAY 01/06/2024

FRIDAY 02/06/2024

SATURDAY 03/06/2024

SUNDAY 04/06/2024

MONDAY 05/06/2024

TUESDAY 06/06/2024

WEDNESDAY 07/06/2024

THURSDAY 08/06/2024

FRIDAY 09/06/2024

SATURDAY 10/06/2024

SUNDAY 11/06/2024

MONDAY 12/06/2024

TUESDAY 13/06/2024

WEDNESDAY 14/06/2024

THURSDAY 15/06/2024

FRIDAY 16/06/2024

SATURDAY 17/06/2024

SUNDAY 18/06/2024

MONDAY 19/06/2024

TUESDAY 20/06/2024

WEDNESDAY 21/06/2024

THURSDAY 22/06/2024

FRIDAY 23/06/2024

SATURDAY 24/06/2024

SUNDAY 25/06/2024

MONDAY 26/06/2024

TUESDAY 27/06/2024

WEDNESDAY 28/06/2024

THURSDAY 29/06/2024

FRIDAY 30/06/2024

SATURDAY 01/07/2024

SUNDAY 02/07/2024

MONDAY 03/07/2024

TUESDAY 04/07/2024

WEDNESDAY 05/07/2024

THURSDAY 06/07/2024

FRIDAY 07/07/2024

SATURDAY 08/07/2024

SUNDAY 09/07/2024

MONDAY 10/07/2024

TUESDAY 11/07/2024

WEDNESDAY 12/07/2024

THURSDAY 13/07/2024

FRIDAY 14/07/2024

SATURDAY 15/07/2024

SUNDAY 16/07/2024

MONDAY 17/07/2024

TUESDAY 18/07/2024

WEDNESDAY 19/07/2024

THURSDAY 20/07/2024

FRIDAY 21/07/2024

SATURDAY 22/07/2024

SUNDAY 23/07/2024

MONDAY 24/07/2024

TUESDAY 25/07/2024

WEDNESDAY 26/07/2024

THURSDAY 27/07/2024

FRIDAY 28/07/2024

SATURDAY 29/07/2024

SUNDAY 30/07/2024

MONDAY 31/07/2024

TUESDAY 01/08/2024

WEDNESDAY 02/08/2024

THURSDAY 03/08/2024

FRIDAY 04/08/2024

SATURDAY 05/08/2024

SUNDAY 06/08/2024

MONDAY 07/08/2024

TUESDAY 08/08/2024

WEDNESDAY 09/08/2024

THURSDAY 10/08/2024

FRIDAY 11/08/2024

SATURDAY 12/08/2024

SUNDAY 13/08/2024

MONDAY 14/08/2024

TUESDAY 15/08/2024

WEDNESDAY 16/08/2024

THURSDAY 17/08/2024

FRIDAY 18/08/2024

SATURDAY 19/08/2024

SUNDAY 20/08/2024

MONDAY 21/08/2024

TUESDAY 22/08/2024

WEDNESDAY 23/08/2024

THURSDAY 24/08/2024

FRIDAY 25/08/2024

SATURDAY 26/08/2024

SUNDAY 27/08/2024

MONDAY 28/08/2024

TUESDAY 29/08/2024

WEDNESDAY 30/08/2024

THURSDAY 31/08/2024

FRIDAY 01/09/2024

SATURDAY 02/09/2024

SUNDAY 03/09/2024

MONDAY 04/09/2024

TUESDAY 05/09/2024

WEDNESDAY 06/09/2024

THURSDAY 07/09/2024

FRIDAY 08/09/2024

SATURDAY 09/09/2024

SUNDAY 10/09/2024

MONDAY 11/09/2024

TUESDAY 12/09/2024

WEDNESDAY 13/09/2024

THURSDAY 14/09/2024

FRIDAY 15/09/2024

SATURDAY 16/09/2024

SUNDAY 17/09/2024

MONDAY 18/09/2024

TUESDAY 19/09/2024

WEDNESDAY 20/09/2024

THURSDAY 21/09/2024

FRIDAY 22/09/2024

SATURDAY 23/09/2024

SUNDAY 24/09/2024

MONDAY 25/09/2024

TUESDAY 26/09/2024

WEDNESDAY 27/09/2024

THURSDAY 28/09/2024

FRIDAY 29/09/2024

SATURDAY 30/09/2024

SUNDAY 01/10/2024

MONDAY 02/10/2024

TUESDAY 03/10/2024

WEDNESDAY 04/10/2024

THURSDAY 05/10/2024

FRIDAY 06/10/2024

SATURDAY 07/10/2024

SUNDAY 08/10/2024

MONDAY 09/10/2024

TUESDAY 10/10/2024

WEDNESDAY 11/10/2024

THURSDAY 12/10/2024

FRIDAY 13/10/2024

SATURDAY 14/10/2024

SUNDAY 15/10/2024

MONDAY 16/10/2024

TUESDAY 17/10/2024

WEDNESDAY 18/10/2024

THURSDAY 19/10/2024

FRIDAY 20/10/2024

SATURDAY 21/10/2024

SUNDAY 22/10/2024

MONDAY 23/10/2024

TUESDAY 24/10/2024

WEDNESDAY 25/10/2024

THURSDAY 26/10/2024

FRIDAY 27/10/2024

SATURDAY 28/10/2024

SUNDAY 29/10/2024

MONDAY 30/10/2024

TUESDAY 31/10/2024

WEDNESDAY 01/11/2024

THURSDAY 02/11/2024

FRIDAY 03/11/2024

SATURDAY 04/11/2024

SUNDAY 05/11/2024

MONDAY 06/11/2024

TUESDAY 07/11/2024

WEDNESDAY 08/11/2024

THURSDAY 09/11/2024

FRIDAY 10/11/2024

SATURDAY 11/11/2024

SUNDAY 12/11/2024

MONDAY 13/11/2024

TUESDAY 14/11/2024

WEDNESDAY 15/11/2024

THURSDAY 16/11/2024

FRIDAY 17/11/2024

SATURDAY 18/11/2024

SUNDAY 19/11/2024

MONDAY 20/11/2024

TUESDAY 21/11/2024

WEDNESDAY 22/11/2024

THURSDAY 23/11/2024

FRIDAY 24/11/2024

SATURDAY 25/11/2024

SUNDAY 26/11/2024

MONDAY 27/11/2024

TUESDAY 28/11/2024

WEDNESDAY 29/11/2024

THURSDAY 30/11/2024

FRIDAY 01/12/2024

SATURDAY 02/12/2024

SUNDAY 03/12/2024

MONDAY 04/12/2024

TUESDAY 05/12/2024

WEDNESDAY 06/12/2024

THURSDAY 07/12/2024

FRIDAY 08/12/2024

SATURDAY 09/12/2024

SUNDAY 10/12/2024

MONDAY 11/12/2024

TUESDAY 12/12/2024

WEDNESDAY 13/12/2024

THURSDAY 14/12/2024

FRIDAY 15/12/2024

SATURDAY 16/12/2024

SUNDAY 17/12/2024

MONDAY 18/12/2024

TUESDAY 19/12/2024

WEDNESDAY 20/12/2024

THURSDAY 21/12/2024

FRIDAY 22/12/2024

SATURDAY 23/12/2024

SUNDAY 24/12/2024

MONDAY 25/12/2024

TUESDAY 26/12/2024

WEDNESDAY 27/12/2024

THURSDAY 28/12/2024

FRIDAY 29/12/2024

SATURDAY 30/12/2024

SUNDAY 31/12/2024

Patricia 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

Camille Consentinio de Carvalho
Mat. Funcional Pº 7894 CRN 8º REGIÃO
Nº1102

Elaine Carreiras Costa Siqueira
CRN 8º REGIÃO
Cadastrada Profissional

Araceli Galvão
CRN 8º REGIÃO
Nutricionista Especialista, Operacional

Araceli Galvão
CRN 8º REGIÃO
Nutricionista Especialista, Operacional

INTOLERÂNCIA A LACTOSE

SEGUNDA 20/5/2024		TERÇA 21/5/2024		QUARTA 22/5/2024		QUINTA 23/5/2024		SEXTA 24/5/2024	
Desjejum 7:30H/8:00H	Chá com Leite sem lactose + pão de milho sem lactose + manteiga sem lactose	Leite sem lactose com mamão + bolo de cenoura sem cobertura sem lactose + caqui	Café com Leite sem lactose + biscoito polvilho sem lactose + mamão	Ingurte de morango sem lactose+ biscoito doce integral sem lactose+ banana	Suco natural de abacaxi + Pão hot dog sem lactose com frango desfiado ao molho, alface, cenoura ralada + bolo sem lactose	Chá com Leite sem lactose + pão de milho desfiado, salada de tomate + maçã	Arroz, Feijão carioca, Ovos mexidos, abobora refogada + portkan	Arroz integral, Feijão preto, Frango ao molho, jardineira de legumes (chuchu, cenoura e vagem) + banana	Risolo de carne (batata, cenoura, carne moída) + salada de cenoura + melancia
Almoco 10:30H/1:00H	Macarrão paratiiso, Frango ao molho desfiado, salada de tomate + maçã	Arroz, Feijão carioca, Ovos mexidos, abobora refogada + portkan	Arroz de morango + torta de frango com legumes sem lactose + maçã	Arroz colorido, Feijão carioca, Quibe assado, salada repolho + caqui	Suco natural de abacaxi + Pão hot dog sem lactose com frango desfiado ao molho, alface, cenoura ralada + bolo sem lactose	Arroz de batatas sem leite + Carne moída ao molho + salada de pepino + portkan	Polenta + Frango ao molho + salada de acelga + caqui	Macarrão com carne moída + Legumes refogados (abobrinha e cenoura) + melancia	Quirera + Carne moída ao molho + abobrinha refogada
Lanche 14:00H/14:30H	Café com Leite sem lactose + pão fatiado integral sem lactose + queijo sem lactose+maigama sem lactose	Ingurte morango sem lactose + biscoito doce integral sem lactose + banana	Suco de morango + torta de frango com legumes sem lactose + maçã	Café com Leite sem lactose + biscoito polvilho sem lactose + laranja	Quirera + Carne moída ao molho + abobrinha refogada	Almoco 10:30H/1:00H	Arroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de alface	Arroz, Feijão carioca, Frango (sassami) grelhado, salada de acelga + maçã	Arroz, Feijoadá com cubos de carne bovina, farofa de cenoura + laranja
Jantar 16:00H/16:30H	Purê de batatas sem leite + Carne moída ao molho + salada de pepino + portkan	Polenta + Frango ao molho + salada de acelga + caqui	Macarrão com carne moída + Legumes refogados (abobrinha e cenoura) + melancia	Risolo de frango (cenoura, batata, milho, frango) + nucia + salada de abobrinha + maçã	Quirera + Carne moída ao molho + abobrinha refogada	Desjejum 7:30H/8:00H	Suco de maracujá + pão fatiado integral sem lactose com requeijão sem lactose	Café com Leite sem lactose + bolo de laranja sem lactose + portkan	Vitamina de frutas (banana e abacate) com leite sem lactose + Biscoito doce integral sem lactose
SEGUNDA 27/5/2024		TERÇA 28/5/2024		QUARTA 29/5/2024		QUINTA 30/5/2024		SEXTA 31/5/2024	
Lanche 14:00H/14:30H		Suco de abacaxi natura l+ pão hot dog sem lactose com ovo + melão		Suco integral de maçã+ bolo de fubá sem lactose + maçã		Suco de frango + mandioca + batetiraba + abobrinha + melão		Suco natural de abacaxi + Pão hot dog sem lactose com frango desfiado ao molho, alface, cenoura ralada + bolo sem lactose	
Jantar 16:00H/16:30H		Arroz carretreiro (cenoura, batata, carne iscas, ervilha) + salada de tomate + caqui		Sopa de frango + mandioca + batetiraba + abobrinha + melão		FERRIADO		RECESSO	

Observação: Leite sem lactose, Pães/biscoitos, bolos, cereais(aveia) e farinhas sem treços de lactose

ALUNO

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

Adelaine Corvêa Costa Siqueira
CRN 8 6303
Coordenação Operacional

Amanda Garção
CRN 8 11901
Nutricionista Coordenadora Operacional

CMEI / CEI DE 3 A 5 ANOS - CARDÁPIO MAIO/2024

DIABETES

Dia	Dia da Semana	Data	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL (MÁDIA)		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL (MÁDIA)										
			Kcal	Mg	Kcal	Mg									
SEGUNDA	TERÇA	6/5/2024	7/5/2024	8/5/2024	9/5/2024	10/5/2024	11/5/2024								
								Desjejum 7:30H/8:00H	Leite desnatado com mamão e adoçante + biscoito polvilho salgado + cacqui	Suco de morango com adoçante + laranja de frango com legumes + maçã	468	99	599	111	
								Almoço 10:30H/11:00H	Arroz integral, Feijão carioca, Frango ao molho com legumes (alpin e cenoura), salada de acelga + banana	Arroz integral, Feijão preto, Carne ao molho com mandioca, salada de alface + ponkan	20	6	22	8	
								Lanche 14:00H/14:30H	Vitaminas de frutas (banana e abacate) com leite desnatado e adoçante + biscoito doce integral diet	Chia com leite desnatado com adoçante + pão fatiado integral + margarina light	4	4	4	4	
								Jantar 16:00H/16:30H	Arroz carreteiro integral (cenoura, batata, carne seca, ervilha) + salada de cenoura + maçã	Poleia + Frango ao molho + salada de acelga + melão	216	216	216	216	
								SEGUNDA 6/5/2024		TERÇA 7/5/2024		QUARTA 8/5/2024		QUINTA 9/5/2024	
								Desjejum 7:30H/8:00H		Suco integral de laranja, sanduíche de pão fatiado integral + queijo light + tomate + alface		Iogurte de morango desnatado diet + salada de frutas (kiwi, maçã e mamão) com aveia		Café com leite desnatado e adoçante + pão de queijo vegano	
								Almoço 10:30H/11:00H		Arroz integral, Feijão carioca, Bolinho de carne ao molho, salada acelga + melão		Arroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho, Purê do molho de peixe, salada de alface		Arroz integral, Feijão carioca, Omelete assado, legumes refogados (abobrinha e cenoura) + cacqui	
								Lanche 14:00H/14:30H		Mingau de chocolate com leite desnatado e adoçante + ponkan		Café com leite desnatado com adoçante + bolo diet		Iogurte de morango desnatado diet + Salada de frutas (kiwi, maçã e mamão) com aveia	
								Jantar 16:00H/16:30H		Purê de batatas + Frango ao molho + salada de tomate		Sopa de feijão (batata, mandiocquinha, carne, cenoura) + couve + banana		Risoto integral de frango (cenoura, batata, milho, frango) + ricota + salada de repolho + maçã	
SEGUNDA 13/5/2024		TERÇA 14/5/2024		QUARTA 15/5/2024		QUINTA 16/5/2024									
Desjejum 7:30H/8:00H		Chia com leite desnatado e adoçante + pão integral + queijo light + margarina light		Leite desnatado com cacqui (70%) e adoçante + pão fatiado integral com requêijo light + banana		Suco integral de maçã + bolo diet + ponkan									
Almoço 10:30H/11:00H		Arroz integral, Feijão preto, Carne ao molho, quinoa, salada de beterraba + maçã		Arroz integral, Feijão preto, Barrinho, fatia de banana da terra + salada tomate e cebola + laranja		Arroz integral, Feijão carioca, Frango (salsami) ao molho, salada de alface + cacqui									
Lanche 14:00H/14:30H		Chia com limão com adoçante, sanduíche de pão fatiado integral + queijo light + tomate + alface		Leite desnatado com mamão e adoçante + Bolo diet + maçã		Café com leite desnatado e adoçante + pão de queijo vegano									
Jantar 16:00H/16:30H		Cacqui (Arroz integral, frango, abobrinha, cenoura, batata)		Purê de batatas + Frango ao molho + salada de doleirada + cacqui		Risoto integral de carne (batata, cenoura, carne moída, ervilha) + salada de cenoura + maçã									
MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL (MÁDIA)		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL (MÁDIA)		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL (MÁDIA)		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL (MÁDIA)									
Kcal	468	Kcal	599	Kcal	603	Kcal	603								
Mg	99	Mg	111	Mg	99	Mg	99								
CHD	19	CHD	19	CHD	19	CHD	19								
PRO	20	PRO	20	PRO	20	PRO	20								
LIPO	6	LIPO	6	LIPO	6	LIPO	6								
CA	4	CA	4	CA	4	CA	4								
FE	4	FE	4	FE	4	FE	4								
VI	216	VI	216	VI	216	VI	216								
VA	216	VA	216	VA	216	VA	216								
VC	98	VC	98	VC	98	VC	98								

Observação: Adoçante Sucralose ou Stevia

Partícia dos Santos Alves Garcia
Mat Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO
Nº1781

Lúcia Marcia Toledo Franca Vicente
Mat Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO
Nº1321

Camilie Consentino de Carvalho
Mat Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO
Nº1102

Kadriene Garcia Costa Sáfada
CRN 8 6903
Coordenadora Operacional

Aracely Galvão
CRN 8 11301
Médica Sanitarista

MARIA CLARA NASCIMENTO DE ARAUJO

DIABETES

MOMENTO	SEGUNDA 20/05/2024	TERÇA 21/05/2024	QUARTA 22/05/2024	QUINTA 23/05/2024	SEXTA 24/05/2024	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MÁXIMO		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MÍNIMO					
						KCAL	PROT	KCAL	PROT				
Desjejum 7:30H/8:00H	Chá com leite desnatado e adoçante + pão integral + margarina light	Leite desnatado com leite condensado e adoçante + Bolo diet + caqui	Chá com leite desnatado e adoçante + biscoito polvilho + maná	Inguru de morango desnatado diet + biscoito doce integral diet + banana	Suco natural de abacaxi com adoçante + Pão integral com Frango desfiado ao molho, alicace, cenoura ralada + bolo diet	528	18	625	18				
Almoo 10:30H/11:00H	Macarão parafuso integral, Frango ao molho desfiado, salada de tomate + maçã	Arroz integral, Feijão carioca, Ovos mexidos, abóbora refogada + ponkan	Arroz integral, Feijão preto, Frango ao molho, jardineira de legumes (chuchu, cenoura e vagem) + banana	Arroz colorido, Feijão carioca, Quibe assado, salada repolho + caqui	Risoto integral de carne (batata, cenoura, carne moída) + salada de cenoura + melancia	218	9	283	9				
Lanche 14:00H/14:30H	Café com leite desnatado e adoçante + pão fatiado integral + margarina light	Inguru morango desnatado diet + biscoito doce integral diet + banana	Suco de morango com adoçante + torrada de frango com legumes + maçã	Café com leite desnatado com adoçante + biscoito polvilho + laranja	Suco natural de abacaxi com adoçante + Pão integral com Frango desfiado ao molho, alicace, cenoura ralada + bolo diet	218	9	283	9				
Jantar 16:00H/16:30H	Purê de batatas + Carne moída ao molho + salada de pepino + ponkan	Polenta + Frango ao molho + salada de acelga + caqui	Macarão integral com carne moída + Legumes refogados (abobrinha e cenoura) + melancia	Risoto integral de frango (cenoura, batata, milho, frango) + rúcula + salada de abobrinha + maçã	Quirena + Carne moída ao molho + abobrinha refogada	200	8	189	8				
SEGUNDA 27/05/2024						TERÇA 28/05/2024		QUARTA 29/05/2024		QUINTA 30/05/2024		SEXTA 31/05/2024	
Desjejum 7:30H/8:00H	Suco de maracujá com adoçante + pão fatiado integral com requeijão light	Café com leite desnatado e adoçante + bolo diet + ponkan	Vitamina de frutas (banana e abacaxi) com leite desnatado e adoçante + biscoito doce integral diet	FERIADO		FERIADO		RECESSO		FERIADO		FERIADO	
Almoo 10:30H/11:00H	Arroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de alicace	Arroz integral, Feijão carioca, Frango (sassam) grelhado, salada de acelga + maçã	Arroz integral, Feijoadinha com cubos de carne bovina, farofa de cenoura + laranja	FERIADO		FERIADO		RECESSO		FERIADO		FERIADO	
Lanche 14:00H/14:30H	Café com leite desnatado e adoçante + biscoito salgado integral + ponkan	Suco de abacaxi natural com adoçante + pão integral com ovo + melão	Suco integral de maçã + bolo diet + maçã	FERIADO		FERIADO		RECESSO		FERIADO		FERIADO	
Jantar 16:00H/16:30H	Quirena + Frango ao molho + abobrinha refogada + maçã	Arroz carreteiro integral (cenoura, batata, carne iscas, ervilha) + salada de tomate + caqui	Sopa de frango + mandioca + beterraba + abobrinha + melão	FERIADO		FERIADO		RECESSO		FERIADO		FERIADO	
Observação: Adoçante Sucralose ou Stevia						MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MÁXIMO		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MÍNIMO		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MÁXIMO		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MÍNIMO	
ALUNO						KCAL	PROT	KCAL	PROT	KCAL	PROT	KCAL	PROT
MARIA CLARA MASCARENHO DE AMALDO						600	115	500	85	600	85	500	85
ALUNO						PROT	PROT	PROT	PROT	PROT	PROT	PROT	PROT
ANDRÉ TORIATO						18	8	18	8	18	8	18	8
ALUNO						LIPO	LIPO	LIPO	LIPO	LIPO	LIPO	LIPO	LIPO
ALUNO						13	8	13	10	13	10	13	10
ALUNO						CaLcIO	CaLcIO	CaLcIO	CaLcIO	CaLcIO	CaLcIO	CaLcIO	CaLcIO
ALUNO						213	119	203	119	213	119	203	119
ALUNO						FeRRO	FeRRO	FeRRO	FeRRO	FeRRO	FeRRO	FeRRO	FeRRO
ALUNO						3	1,9	3	2	3	1,9	3	1,9
ALUNO						VItAMINA A	VItAMINA A	VItAMINA A	VItAMINA A	VItAMINA A	VItAMINA A	VItAMINA A	VItAMINA A
ALUNO						205	169	205	169	205	169	205	169
ALUNO						VItAMINA C	VItAMINA C	VItAMINA C	VItAMINA C	VItAMINA C	VItAMINA C	VItAMINA C	VItAMINA C
ALUNO						59	64	59	64	59	64	59	64

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

Ligia Márcia Toledo Faria Vicente
Mat Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO Nº 2321

Camille Consolino de Carvalho
Mat Funcional nº 7899 CRN 8º REGIÃO Nº 1102

Estelenez Correa Costa Siqueira
CRN 8 6303
Coordenadora Operacional

Aranna Galvão
CRN 8 81501
Nutricionista Coordenadora Operacional