



Cardápio Mês de Agosto

CMEI Pingo de Gente - Infantil I E II: 1 ano a 2 anos



07 a 11	Desjejum 08:00 hr	Colação 09:30 hr	Almoço 11:00 hr	Colação 13:00 hr	Lanche da tarde 14:30 hr	Jantar 15:45 hr
SEGUNDA-FEIRA 07/08	Pão de forma com maionese + Chá mate	Fruta	Papa de Arroz + Feijão Coxão mole de panela, quixerinha cremosa + Salada	Mamadeira	Fruta	Sopa de feijão com macarrão e batata
TERÇA-FEIRA 08/08	Pão de forma com doce de fruta + Leite integral	Fruta	Papa de Arroz + Feijão Omelete + farofa de legumes + Salada	Mamadeira	Fruta	Quixerinha com molho de frango
QUARTA-FEIRA 09/08	Pão de forma com manteiga + Chá mate	Fruta	Papa de Arroz + Feijão Picadinho de carne bovina (coxão mole) + Salada	Mamadeira	Fruta	Sopa de legumes com ovos
QUINTA-FEIRA 10/08	Pão de forma com maionese + Leite integral	Fruta	Papa de Arroz + Feijão Frango de panela, farofa de legumes + Salada	Mamadeira	Fruta	Sanduíche de queijo + Suco de fruta
SEXTA-FEIRA 11/08	Pão de forma com maionese+ Chá mate	Fruta	Papa de Arroz + Feijão Patinho refogado + Salada	Mamadeira	Fruta	Purê de batata com carne moída refogada + Salada

Média Calórica Semanal: 790,776 kcal; 35,95 ptn.(g); 17,2496 lip.(g); 3,9568 sat.(g); 129,9738 cho.(g); 16,0388 fib.(g); 116,458 ca(mg); 3,7872 fe(mg); 626,958 so(mg); 24,6596 vit.C(mg); 35,507 retinol(mcg).

*Os valores podem variar de acordo com as porções servidas.



14 a 18	Desjejum 08:00 hr	Colação 09:30 hr	Almoço 11:00 hr	Colação 13:00 hr	Lanche da tarde 14:30 hr	Jantar 15:45 hr
SEGUNDA-FEIRA 14/08	Pão de forma com maionese + Chá mate	Fruta	Papa de Arroz + Feijão Picadinho de carne bovina (coxão mole) + Salada	Mamadeira	Fruta	Sopa de legumes com macarrão de vegetais com carne moída
TERÇA-FEIRA 15/08	Pão de forma com doce de fruta + Leite integral	Fruta	Papa de Arroz + Feijão Omelete, polenta cremosa + Salada	Mamadeira	Fruta	Quirerinha cremosa com caldo de feijão e músculo desfiado + salada
QUARTA-FEIRA 16/08	Pão de forma com manteiga + Chá mate	Fruta	Papa de Arroz + Feijão Músculo cozido com batata e cenoura + Salada	Mamadeira	Fruta	Sopa de beterraba com batata e frango
QUINTA-FEIRA 17/08	Pão de forma com maionese + Leite integral	Fruta	Papa de Arroz colorido (com abobrinha e cenoura) + Feijão Omelete + Salada	Mamadeira	Fruta	Bolo de cenoura + leite integral
SEXTA-FEIRA 18/08	Pão de forma com maionese+ Chá mate	Fruta	Papa de Arroz + Feijão Carne moída refogada, macarrão + Salada	Mamadeira	Fruta	Sopa de feijão com batata, couve e macarrão

Média Calórica Semanal: 794,092 kcal; 33,6272 ptn.(g); 16,5388 lip.(g); 3,419 sat.(g); 124,1964 cho.(g); 16,8108 fib.(g); 159,598 ca(mg); 3,5102 fe(mg); 591,6 so(mg); 60,1728 vit.C(mg); 20,697 retinol(mcg).

*Os valores podem variar de acordo com as porções servidas.

Claudia B. Mierzva - Nutricionista CRN8 5489



21 a 25	Desjejum 08:00 hr	Colação 09:30 hr	Almoço 11:00 hr	Colação 13:00 hr	Lanche da tarde 14:30 hr	Jantar 15:45 hr
SEGUNDA-FEIRA 21/08	Pão de forma com maionese + Chá mate	Fruta	Papa de Arroz + Feijão Patinho refogado, polenta cremosa + Salada	Mamadeira	Fruta	Sopa de legumes com mandioca e frango desfiado
TERÇA-FEIRA 22/08	Pão de forma com doce de fruta + Leite integral	Fruta	Papa de Arroz + Feijão Omelete + polenta cremosa + Salada	Mamadeira	Fruta	Quirerinha cremosa + molho de frango + Salada
QUARTA-FEIRA 23/08	Pão de forma com manteiga + Chá mate	Fruta	Papa de Arroz + Feijão Carne bovina patinho em cubos + Purê de batata + Salada	Mamadeira	Fruta	Torta salgada de legumes c/ carne moída + Chá
QUINTA-FEIRA 24/08	Pão de forma com maionese + Leite integral	Fruta	Papa de Arroz + Feijão Frango de panela + quirerinha + Salada	Mamadeira	Fruta	Sopa de legumes com arroz e carne moída
SEXTA-FEIRA 25/08	Pão de forma com maionese+ Chá mate	Fruta	Papa de Arroz + Feijão Picadinho de carne bovina (coxão mole) + Salada	Mamadeira	Fruta	Risoto de frango + Salada

Média Calórica Semanal: 718,016 kcal; 31,6736 ptn.(g); 15,5066 lip.(g); 3,8534 sat.(g); 111,9586 cho.(g); 11,567 fib.(g); 102,53 ca(mg); 2,8982 fe(mg); 555,617 so(mg); 21,1824 vit.C(mg); 21,43 retinol(mcg).

*Os valores podem variar de acordo com as porções servidas.

Claudia B. Mierzva - Nutricionista CRN8 5489



28 a 01	Desjejum 08:00 hr	Colação 09:30 hr	Almoço 11:00 hr	Colação 13:00 hr	Lanche da tarde 14:30 hr	Jantar 15:45 hr
SEGUNDA-FEIRA 28/08	Pão de forma com maionese + Chá mate	Fruta	Papa de Arroz + Feijão Músculo cozido com cenoura e batata + salada	Mamadeira	Fruta	Cereal de milho (sucrilhos) + Leite integral + Banana picada
TERÇA-FEIRA 29/08	Pão de forma com doce de fruta + Leite integral	Fruta	Papa de Arroz + Feijão Omelete, farofa de legumes + salada	Mamadeira	Fruta	Sopa de legumes com mandioca e frango desfiado
QUARTA-FEIRA 30/08	Pão de forma com manteiga + Chá mate	Fruta	Papa de Arroz + Feijão Frango de panela + Batata doce cozida + salada	Mamadeira	Fruta	Pão integral c/ de queijo + Chá
QUINTA-FEIRA 31/08	Pão de forma com maionese + Leite integral	Fruta	Papa de Arroz + Feijão Omelete + Polenta cremosa + salada	Mamadeira	Fruta	Sopa de legumes com macarrão e carne moída
SEXTA-FEIRA 01/09	Pão de forma com maionese + Chá mate	Fruta	Papa de Arroz + Feijão Coxão mole de panela + Purê de batata + salada	Mamadeira	Fruta	Sopa de feijão com macarrão, batata e couve

Média Calórica Semanal: 794,092 kcal; 33,6272 ptn.(g); 16,5388 lip.(g); 3,419 sat.(g); 124,1964 cho.(g); 16,8108 fib.(g); 159,598 ca(mg); 3,5102 fe(mg); 591,6 so(mg); 60,1728 vit.C(mg); 20,697 retinol(mcg).

*Os valores podem variar de acordo com as porções servidas.

Claudia B. Mierzva - Nutricionista CRN/8 5489