



## Cardápio Mês de Setembro

### CMEI Pingo de Gente - Berçário: 6 meses a 1 ano



02 a 06	<b>Desjejum</b> 08:00 hr	<b>Colação</b> 09:30 hr	<b>Almoço</b> 11:00 hr	<b>Colação</b> 13:00 hr	<b>Lanche da tarde</b> 14:30 hr	<b>Jantar</b> 15:45 hr
<b>SEGUNDA-FEIRA</b> 02/09	Mamadeira	Papinha de fruta	Papa de arroz + Caldo de feijão Caldo de carne bovina (coxão mole) + Purê de batata + salada cozida	Mamadeira	Papinha de fruta	Macarrão com molho de carne moída + salada
<b>TERÇA-FEIRA</b> 03/09	Mamadeira	Papinha de fruta	Papa de arroz + Caldo de feijão Caldo de carne bovina (patinho) + salada cozida	Mamadeira	Papinha de fruta	Sopa de legumes com frango desfiado e macarrão
<b>QUARTA-FEIRA</b> 04/09	Mamadeira	Papinha de fruta	Papa de arroz + Caldo de feijão Carne moída refogada, quixerinha cozida + salada cozida	Mamadeira	Papinha de fruta	Sopa de legumes com carne moída e macarrão
<b>QUINTA-FEIRA</b> 05/09	Mamadeira	Papinha de fruta	Papa de arroz + Caldo de feijão Frango de panela desfiado + purê de batata doce + salada cozida	Mamadeira	Papinha de fruta	Quixerinha com carne moída + salada
<b>SEXTA-FEIRA</b> 06/09	Mamadeira	Papinha de fruta	Papa de arroz + Caldo de feijão Omelete + Polenta cremosa + salada cozida	Mamadeira	Papinha de fruta	Sopa de feijão com macarrão e batata

Média Calórica Semanal: 671,128 kcal; 33,32 ptn.(g); 17,7434 lip.(g); 3,1292 sat.(g); 96,5712 cho.(g); 12,2062 fib.(g); 568,974 ca(mg); 6,1828 fe(mg); 692,278 so(mg); 32,9084 so(mg); 122,567 retinol(mcg).

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



09 a 13	<b>Desjejum 08:00 hr</b>	<b>Colação 09:30 hr</b>	<b>Almoço 11:00 hr</b>	<b>Colação 13:00 hr</b>	<b>Lanche da tarde 14:30 hr</b>	<b>Jantar 15:45 hr</b>
<b>SEGUNDA – FEIRA 09/09</b>	Mamadeira	Papinha de fruta	Papa de arroz + Caldo de feijão Caldo de carne bovina (patinho) + salada cozida	Mamadeira	Papinha de fruta	Quirerinha cozida + molho de frango + Salada
<b>TERÇA- FEIRA 10/09</b>	Mamadeira	Papinha de fruta	Papa de arroz + Caldo de feijão Omelete, purê de batata + salada cozida	Mamadeira	Papinha de fruta	Sopa de legumes com músculo desfiado e quirerinha
<b>QUARTA-FEIRA 11/09</b>	Mamadeira	Papinha de fruta	Papa de arroz + Caldo de feijão Frango de panela desfiado, legumes refogados	Mamadeira	Papinha de fruta	Purê de batata com caldo de feijão, carne moída refogada
<b>QUINTA-FEIRA 12/09</b>	Mamadeira	Papinha de fruta	Papa de arroz + Caldo de feijão Carne moída refogada, polenta cremosa + salada cozida	Mamadeira	Papinha de fruta	Sopa de legumes com carne de frango desfiada e macarrão
<b>SEXTA-FEIRA 13/09</b>	Mamadeira	Papinha de fruta	Papa de arroz + Caldo de feijão Caldo de carne bovina (músculo) + purê de batata + salada cozida	Mamadeira	Papinha de fruta	Sopa de feijão com macarrão, e batata

Média Calórica Semanal: 697,608 kcal; 32,4306 ptn.(g); 19,0132 lip.(g); 3,0864 sat.(g); 101,7742 cho.(g); 13,666fib.(g); 609,136 ca(mg); 6,4944 fe(mg); 712,408 so(mg); 69,8128 vit.C(mg); 126,207 retinol(mcg).

**Claudia B. Mierzva - Nutricionista CRN/8 5489**



16 a 20	<b>Desjejum 08:00 hr</b>	<b>Colação 09:30 hr</b>	<b>Almoço 11:00 hr</b>	<b>Colação 13:00 hr</b>	<b>Lanche da tarde 14:30 hr</b>	<b>Jantar 15:45 hr</b>
<b>SEGUNDA-FEIRA 16/09</b>	Mamadeira	Papinha de fruta	Papa de arroz + Caldo de feijão Caldo de carne bovina (patinho), quirerinha cozida + salada cozida	Mamadeira	Papinha de fruta	Sopa de legumes com carne moída com macarrão
<b>TERÇA-FEIRA 17/09</b>	Mamadeira	Papinha de fruta	Papa de arroz colorido + Caldo de feijão Omelete + salada cozida	Mamadeira	Papinha de fruta	Papa de arroz com caldo de feijão + frango desfiado e legumes
<b>QUARTA-FEIRA 18/09</b>	Mamadeira	Papinha de fruta	Papa de arroz + Caldo de feijão Frango de panela desfiado + salada cozida	Mamadeira	Papinha de fruta	Sopa de feijão com macarrão e batata
<b>QUINTA-FEIRA 19/09</b>	Mamadeira	Papinha de fruta	Papa de arroz + Caldo de feijão Caldo de carne bovina (coxão mole), papa de macarrão + salada cozida	Mamadeira	Papinha de fruta	Sopa de legumes com arroz e frango desfiado
<b>SEXTA-FEIRA 20/09</b>	Mamadeira	Papinha de fruta	Papa de arroz + Caldo de feijão Omelete + Purê de batata + salada cozida	Mamadeira	Papinha de fruta	Polenta cremosa + Molho de frango + salada cozida

Média Calórica Semanal: 683,128 kcal; 33,2746 ptn.(g); 19,9186 lip.(g); 3,8934 sat.(g); 94,3836 cho.(g); 9,116 fib.(g); 569,88 ca(mg); 6,1832 fe(mg); 706,803 so(mg); 34,1274 vit.C(mg); 125,51 retinol(mcg).

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

**Claudia B. Mierzva - Nutricionista CRN/8 5489**



23 a 27	<b>Desjejum</b> 08:00 hr	<b>Colação</b> 09:30 hr	<b>Almoço</b> 11:00 hr	<b>Colação</b> 13:00 hr	<b>Lanche da tarde</b> 14:30 hr	<b>Jantar</b> 15:45 hr
<b>SEGUNDA-FEIRA</b> 23/09	Recesso escolar					
<b>TERÇA-FEIRA</b> 24/09	Mamadeira	Papinha de fruta	Papa de arroz + Caldo de feijão Omelete + Purê de batata + salada cozida	Mamadeira	Papinha de fruta	Quirerinha cozida + molho de frango
<b>QUARTA-FEIRA</b> 25/09	Mamadeira	Papinha de fruta	Papa de arroz + Caldo de feijão Caldo de carne bovina (patinho) + salada cozida	Mamadeira	Papinha de fruta	Sopa de feijão com macarrão e batata
<b>QUINTA-FEIRA</b> 26/09	Mamadeira	Papinha de fruta	Papa de arroz + Caldo de feijão Molho de frango + quirerinha cozida + salada cozida	Mamadeira	Papinha de fruta	Polenta cremosa + Molho de frango + salada cozida
<b>SEXTA-FEIRA</b> 27/09	Mamadeira	Papinha de fruta	Papa de arroz + Caldo de feijão Omelete, + polenta cremosa + legumes refogados	Mamadeira	Papinha de fruta	Sopa de legumes com carne moída e macarrão

Média Calórica Semanal: 724,2067 kcal; 36,568 ptn.(g); 19,44667 lip.(g); 4,349333 sat.(g); 102,6573 cho.(g); 10,991 fib.(g); 598,23 ca(mg); 6,735 fe(mg); 679,6967so(mg); 39,34567 vit.C(mg); 130,4667 retinol(mcg).

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

**Claudia B. Mierzva - Nutricionista CRN/8 5489**



<b>30 a 04</b>	<b>Desjejum 08:00 hr</b>	<b>Colação 09:30 hr</b>	<b>Almoço 11:00</b>	<b>Colação 13:00 hr</b>	<b>Lanche da tarde 14:30 hr</b>	<b>Jantar 15:45 hr</b>
<b>SEGUNDA-FEIRA 30/09</b>	Mamadeira	Papinha de fruta	Papa de arroz + Caldo de feijão Caldo de carne bovina (coxão mole) + quixerinha cozida + salada cozida	Mamadeira	Papinha de fruta	Sopa de legumes com músculo desfiado e quixerinha
<b>TERÇA- FEIRA 01/10</b>	Mamadeira	Papinha de fruta	Papa de arroz + Caldo de feijão Omelete + purê de batata, legumes refogados	Mamadeira	Papinha de fruta	Purê de batata com carne moída refogada + Salada cozida
<b>QUARTA-FEIRA 02/10</b>	Mamadeira	Papinha de fruta	Papa de arroz + Caldo de feijão Frango de panela desfiado + papa de macarrão + salada cozida	Mamadeira	Papinha de fruta	Sopa de beterraba com frango desfiado e batata
<b>QUINTA-FEIRA 03/10</b>	Mamadeira	Papinha de fruta	Papa de arroz + Caldo de feijão Carne moída refogada, polenta cremosa + salada cozida	Mamadeira	Papinha de fruta	Polenta com molho de carne moída + salada
<b>SEXTA-FEIRA 04/10</b>	Mamadeira	Papinha de fruta	Papa de arroz + Caldo de feijão Caldo de carne bovina (músculo) + salada	Mamadeira	Papinha de fruta	Papa de arroz + feijão +coxão mole refogado desfiado+ Salada

Média Calórica Semanal: 697,608 kcal; 32,4306 ptn.(g); 19,0132 lip.(g); 3,0864 sat.(g); 101,7742 cho.(g); 13,666fib.(g); 609,136 ca(mg); 6,4944 fe(mg); 712,408 so(mg); 69,8128 vit.C(mg); 126,207 retinol(mcg).