



Cardápio Mês de Maio

CMEI Pingo de Gente – infantil 0: 6 meses a 12 meses



01 a 05	Desjejum 08:00 hr	Colação 09:30 hr	Almoço 11:00 hr	Colação 13:30 hr	Lanche da tarde 14:30 hr	Jantar 15:45 hr
SEGUNDA-FEIRA 01/05	Feriado					
TERÇA-FEIRA 02/05	Mamadeira	Papinha de fruta	Papa de arroz + Caldo de feijão Frango de panela c/ batata + Salada cozida	Mamadeira	Papinha de fruta	Quirerinha com molho de frango
QUARTA-FEIRA 03/05	Mamadeira	Papinha de fruta	Papa de arroz + Caldo de feijão caldo de carne bovina (Patinho), macarrão + Salada cozida	Mamadeira	Papinha de fruta	Sopa de feijão com macarrão, batata e couve
QUINTA-FEIRA 04/05	Mamadeira	Papinha de fruta	Papa de arroz + Caldo de feijão Frango de panela desfiado + Salada cozida	Mamadeira	Papinha de fruta	Sopa de legumes com frango, macarrão e batata
SEXTA-FEIRA 05/05	Mamadeira	Papinha de fruta	Papa de arroz + Caldo de feijão + caldo de carne bovina (coxão mole) + Salada cozida	Mamadeira	Papinha de fruta	Purê de batata doce com carne moída refogada + Salada cozida

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.

Claudia B. Mierzva - Nutricionista CRN/8 5489



08 a 12	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 08/05	Mamadeira	Papinha de fruta	Papa de arroz + Caldo de feijão Carne moída refogada, macarrão + Salada cozida	Mamadeira	Papinha de fruta	Sopa de legumes com macarrão de vegetais com carne moída
TERÇA-FEIRA 09/05	Mamadeira	Papinha de fruta	Papa de arroz + Caldo de feijão caldo de carne bovina (Músculo) + Salada cozida	Mamadeira	Papinha de fruta	Polenta cremosa + Músculo de panela desfiado + Salada
QUARTA-FEIRA 10/05	Mamadeira	Papinha de fruta	Papa de arroz + Caldo de feijão Molho de frango, polenta cremosa + Salada cozida	Mamadeira	Papinha de fruta	Papinha de biscoito doce + vitamina de banana
QUINTA-FEIRA 11/05	Mamadeira	Papinha de fruta	Papa de arroz colorido (com abobrinha e cenoura) + Caldo de feijão + caldo de carne bovina (Músculo) + Salada cozida	Mamadeira	Papinha de fruta	Purê de batata com caldo de feijão + caldo de carne bovina (Músculo) + Salada cozida
SEXTA-FEIRA 12/05	Mamadeira	Papinha de fruta	Papa de arroz + Caldo de feijão + carne moída refogada + quirerinha cremosa + Salada cozida	Mamadeira	Papinha de fruta	Sopa de feijão com macarrão e batata

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



15 a 19	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 15/05	Mamadeira	Papinha de fruta	Papa de arroz + Caldo de feijão Carne moída refogada + Salada cozida	Mamadeira	Papinha de fruta	Sopa de legumes com macarrão de vegetais e músculo desfiado
TERÇA-FEIRA 16/05	Mamadeira	Papinha de fruta	Papa de arroz + Caldo de feijão carne moída refogada, quixerinha cozida + Salada cozida	Mamadeira	Papinha de fruta	Papinha de macarrão c/carne moída e legumes
QUARTA-FEIRA 17/05	Mamadeira	Papinha de fruta	Papa de arroz + Caldo de feijão caldo de carne bovina (Patinho) + Salada cozida	Mamadeira	Papinha de fruta	Papinha de biscoito doce + vitamina de banana
QUINTA-FEIRA 18/05	Mamadeira	Papinha de fruta	Papa de arroz + Caldo de feijão Frango de panela desfiado + Salada cozida	Mamadeira	Papinha de fruta	Sopa de legumes com arroz e carne moída
SEXTA-FEIRA 19/05	Mamadeira	Papinha de fruta	Papa de arroz + Caldo de feijão + caldo de carne bovina (Músculo) com cenoura + Salada cozida	Mamadeira	Papinha de fruta	Papa de arroz + Caldo de feijão + frango desfiado + legumes cozidos

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 CRN/8 5489



22 a 26	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 22/05	Mamadeira	Papinha de fruta	Papa de arroz + Caldo de feijão caldo de carne bovina (coxão mole) + Salada cozida	Mamadeira	Papinha de fruta	logurte com polpa de fruta + Papinha de Biscoito doce
TERÇA-FEIRA 23/05	Mamadeira	Papinha de fruta	Papa de arroz + Caldo de feijão Carne moída refogada + purê de batata + Salada cozida	Mamadeira	Papinha de fruta	Sopa de legumes com carne moída e macarrão
QUARTA-FEIRA 24/05	Mamadeira	Papinha de fruta	Papa de arroz + Caldo de feijão Molho de frango, polenta cremosa + Salada cozida	Mamadeira	Papinha de fruta	Papa de arroz + Caldo de feijão + frango desfiado e legumes cozidos
QUINTA-FEIRA 25/05	Mamadeira	Papinha de fruta	Papa de arroz colorido (com abobrinha e cenoura) + Caldo de feijão carne moída refogada + Salada cozida	Mamadeira	Papinha de fruta	Purê de mandioca com caldo de feijão e músculo desfiado + Salada cozida
SEXTA-FEIRA 26/05	Mamadeira	Papinha de fruta	Papa de arroz + Caldo de feijão Frango de panela desfiado + Salada cozida	Mamadeira	Papinha de fruta	Quirerinha com molho de frango+ Salada cozida

Média Calórica Semanal: 801,2733 kcal; 30,206 ptn.(g); 14,864 lip.(g); 3,739667 sat.(g); 136,8 cho.(g); 12,229 fib.(g); 140,3567 ca(mg); 3,628 fe(mg); 558,0533 so(mg); 29,842 vit.C(mg); 36,7 retinol(mcg).

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

Claudia B. Mierzva - Nutricionista CRN/8 5489



29 a 02	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 29/05	Mamadeira	Papinha de fruta	Papa de arroz colorido (com abobrinha e cenoura) + Caldo de feijão + Carne moída refogada + Salada cozida	Mamadeira	Papinha de fruta	Sopa de feijão com macarrão, batata e couve
TERÇA-FEIRA 30/06	Mamadeira	Papinha de fruta	Papa de arroz + Caldo de feijão + polenta cremosa com Caldo de carne bovina (coxão mole) + Salada cozida	Mamadeira	Papinha de fruta	Polenta + caldo de carne bovina (coxão mole) + Salada cozida
QUARTA-FEIRA 31/06	Mamadeira	Papinha de fruta	Papa de arroz + Caldo de feijão caldo de carne bovina (patinho), macarrão + Salada cozida	Mamadeira	Papinha de fruta	Papinha de biscoito doce + vitamina de banana
QUINTA-FEIRA 01/06	Mamadeira	Papinha de fruta	Papa de arroz + Caldo de Feijão caldo de carne bovina (músculo) + Salada cozida	Mamadeira	Papinha de fruta	Quirerinha com molho de frango + Salada cozida
SEXTA-FEIRA 02/06	Mamadeira	Papinha de fruta	Papa de arroz + Caldo de Feijão Caldo de carne bovina (Acém) + purê de batata+ Salada cozida	Mamadeira	Papinha de fruta	Sopa de legumes com arroz e frango

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