



EM CEI Augusto Cesar Sandino

CARDÁPIO ABRIL

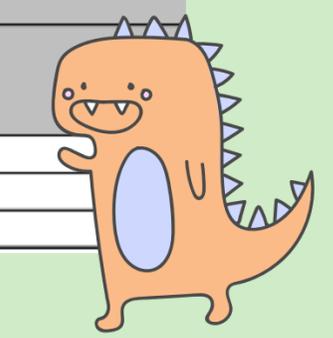
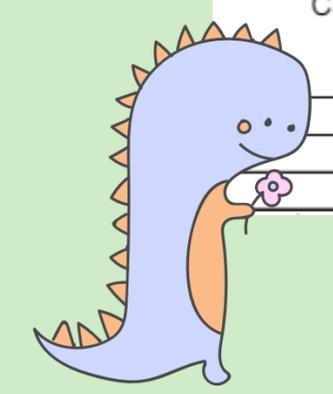
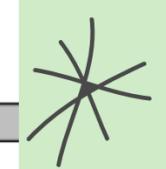
Lanche da manhã:

SEGUNDA-FEIRA 01/04	TERÇA-FEIRA 02/04	QUARTA-FEIRA 03/04	QUINTA-FEIRA 04/04	SEXTA-FEIRA 05/04
Chá mate 190ml Pão de aveia 50g Requeijão cremoso 15g Banana 120g	Leite com aroma de coco 190ml Biscoito de polvilho salgado 50g Maçã 100g	Chá de hortelã 190ml Pão integral 50g Patê de frango 30g Pera 100g	Café com leite 190ml Pão de leite 50g Manteiga 10g	Vitamina de morango 180ml Bolo de cenoura sem cobertura 50g
SEGUNDA-FEIRA 08/04	TERÇA-FEIRA 09/04	QUARTA-FEIRA 10/04	QUINTA-FEIRA 11/04	SEXTA-FEIRA 12/04
Chá mate 190ml Pão de centeio 50g Margarina 10g Pera 100g	Leite com aroma de baunilha 190ml Bolo de coco 50g	Chá de capim limão 190ml Pão de aveia 50g Queijo 20g Banana 120g	Leite com chocolate 190ml Biscoito rosquinha 50g Maçã 100g	Café com leite 190ml Pão de milho 50g Requeijão cremoso 15g
SEGUNDA-FEIRA 15/04	TERÇA-FEIRA 16/04	QUARTA-FEIRA 17/04	QUINTA-FEIRA 18/04	SEXTA-FEIRA 19/04
Chá de erva-cidreira 190ml Pão integral 50g Patê de frango 30g Caqui 100g	Leite com aroma de coco 190ml Chineque de goiabada 50g	Café com leite 190ml Pão de leite 50g Manteiga 10g	Chá de camomila 190ml Biscoito de leite 50g Banana 120g	Café com leite 190ml Pão de abóbora 50g Queijo 20g
SEGUNDA-FEIRA 22/04	TERÇA-FEIRA 23/04	QUARTA-FEIRA 24/04	QUINTA-FEIRA 25/04	SEXTA-FEIRA 26/04
Café com leite AF 190ml Pão de centeio 50g Requeijão cremoso 15g	Leite AF com chocolate 190ml Biscoito cream craker 50g Mamão fatiado 85g	Chá de hortelã 190ml Pão de abóbora 50g Queijo 20g Maçã 100g	Leite AF com aroma de baunilha 190ml Bolo de laranja 50g	Chá de erva doce 190ml Pão de aveia 50g Manteiga AF 10g Banana 120g
SEGUNDA-FEIRA 29/04	TERÇA-FEIRA 30/04			
Café com leite AF 190ml Pão de aveia 50g Margarina 10g	Vitamina de maçã 180ml Bolo de fubá 50g			

Cálculos nutricionais (média diária) CM1: 394,40 Kcal, sendo: 11,25g de PTN, 15,64g de LIP e 58,45g de CHO.

Cálculos nutricionais (média diária) A1: 668,91 Kcal, sendo: 38,31g de PTN, 20,22g de LIP e 84,69g de CHO.

Cálculos nutricionais (média diária) LI1: 297,97 Kcal, sendo: 13,57g de PTN, 5,10g de LIP e 50,70g de CHO.





EM CEI Augusto Cesar Sandino CARDÁPIO ABRIL

Almoço:

SEGUNDA-FEIRA 01/04	TERÇA-FEIRA 02/04	QUARTA-FEIRA 03/04	QUINTA-FEIRA 04/04	SEXTA-FEIRA 05/04
Arroz branco 110g Feijão preto 90g Peito de frango a milanesa 100g Abobrinha refogada 35g Salada de tomate 60g Caqui 100g	Arroz com cenoura 110g Feijão carioca 90g Picadinho de carne 100g Farofa de repolho 30g Salada de grão de bico 30g Melancia 100g	Arroz Integral 110g Feijão preto 90g Fricassê de frango 110g Chuchu sauté 40g Salada de beterraba 50g Banana 120g	Arroz branco 110g Feijão carioca 90g Bife acebolado 100g Abóbora (AF orgânica) refogada 58g Salada de alface (AF orgânica) 15g Maçã 100g	Arroz branco 110g Feijão preto 90g Frango assado 110g Batata doce (AF orgânica) assada 50g Salada de cenoura (AF orgânica) com limão 25g Laranja 100g
SEGUNDA-FEIRA 08/04	TERÇA-FEIRA 09/04	QUARTA-FEIRA 10/04	QUINTA-FEIRA 11/04	SEXTA-FEIRA 12/04
Arroz com vagem 110g Feijão carioca 90g Bife acebolado 100g Batata refogada 50g Salada de repolho ao vinagre 40g Melão fatiado 125g	Arroz branco 110g Feijão preto 90g Peito de frango grelhado 100g Cenoura ao molho branco 55g Salada de pepino 30g Laranja 100g	Arroz AF branco 110g Feijão carioca AF 90g Barreado 110g Farofa de couve 30g Salada de alface com tomate 25g Melancia 100g	Arroz Integral 110g Feijão preto AF 90g Frango ao molho 110g Abobrinha refogada 35g Salada de cenoura com limão 25g Caqui AF	Arroz AF branco 110g Feijão carioca AF 90g Bolinho de carne assado 90g Creme de milho 50g Salada de acelga (AF orgânica) com limão 30g Pera 100g
SEGUNDA-FEIRA 15/04	TERÇA-FEIRA 16/04	QUARTA-FEIRA 17/04	QUINTA-FEIRA 18/04	SEXTA-FEIRA 19/04
Arroz AF branco 110g Feijão preto AF 90g Almôndegas de frango assada ao sugo 100g Couve refogada 35g Salada de chuchu com cenoura 35g Pera 100g	Arroz com cenoura 110g Feijão carioca AF 90g Bife com molho 100g Farofa de espinafre 30g Salada de pepino com tomate 45g Salada de frutas 100g	Arroz AF branco 110g Feijão preto AF 90g Peito de frango a milanesa 100g Abobrinha refogada 35g Salada de repolho ao vinagre 40g Melancia 100g	Arroz AF branco 110g Feijão carioca AF 90g Carne de panela com ervas 100g Abóbora refogada 58g Salada de alface (AF orgânica) 15g Laranja (AF orgânica)	Arroz Integral 110g Feijão preto AF 90g Frango ao molho com abobrinha 120g Quirera 90g Salada de feijão branco com tomate e limão 30g Kiwi 80g
SEGUNDA-FEIRA 22/04	TERÇA-FEIRA 23/04	QUARTA-FEIRA 24/04	QUINTA-FEIRA 25/04	SEXTA-FEIRA 26/04
Arroz branco 110g Feijão carioca 90g Picadinho de carne 100g Purê de batata 40g Salada de repolho 40g Caqui 100g	Arroz com vagem 110g Feijão preto 90g Frango assado 110g Cenoura ao molho branco 55g Salada de pepino 30g Creme de goiaba 90g	Arroz Integral 110g Feijão preto 90g Almôndegas de carne ao sugo 100g Macarrão alho e óleo 80g Salada de alface com cenoura 30g Salada de frutas 100g	Arroz branco 110g Feijão carioca 90g Peito de frango grelhado 100g Abobrinha refogada 35g Salada de beterraba (AF orgânica) 50g Kiwi 80g	Arroz branco 110g Feijão preto 90g Carne moída refogada com tomate e cheiro verde 100g Abóbora refogada 58g Salada de tomate 60g Melancia (AF orgânica)
SEGUNDA-FEIRA 29/04	TERÇA-FEIRA 30/04			
Arroz branco 110g Feijão preto 90g Frango ao molho com cenoura e pimentão 150g Chuchu refogado 50g Salada de cenoura com limão 25g Laranja 100g	Arroz branco 110g Feijão carioca 90g Carne moída refogada com tomate e cheiro verde 100g Batata refogada 50g Salada de alface 15g Caqui 100g			





EM CEI Augusto Cesar Sandino CARDÁPIO ABRIL

Lanche tarde:

SEGUNDA-FEIRA 01/04	TERÇA-FEIRA 02/04	QUARTA-FEIRA 03/04	QUINTA-FEIRA 04/04	SEXTA-FEIRA 05/04
Risoto de carne e abóbora 150g Laranja 100g	Sagu de uva 150g Creme de leite 20g Banana 120g	Macarrão parafuso 100g Molho de carne e cenoura 50g Melão fatiado 125g	Suco de maçã AF 200ml Sanduíche natural 100g	Quirera 100g Molho de carne com vagem 50g Pera 100g
SEGUNDA-FEIRA 08/04	TERÇA-FEIRA 09/04	QUARTA-FEIRA 10/04	QUINTA-FEIRA 11/04	SEXTA-FEIRA 12/04
Risoto de frango e abobrinha 150g Banana 120g	Polenta 100g Molho de frango e cenoura 50g Mamão fatiado 85g	Leite com aroma de coco 190ml Cuque de farofa 50g	Chá mate com suco de limão 190ml Pão de leite 50g Isclas de carne refogadas 50g	Macarrão parafuso 100g Molho de frango com chuchu 50g Kiwi 80g
SEGUNDA-FEIRA 15/04	TERÇA-FEIRA 16/04	QUARTA-FEIRA 17/04	QUINTA-FEIRA 18/04	SEXTA-FEIRA 19/04
Chá de capim limão 190ml Pão de leite 50g Carne moída refogada para pão 60g	Chá de hortelã 190ml Pão de batata 50g Isclas de carne refogadas 50g	Polenta 100g Molho de frango e chuchu 5g Caqui 100g	Risoto de frango com cenoura 150g Maçã 100g	logurte de frutas 120ml Flocos de milho sem açúcar 50g Caqui 100g
SEGUNDA-FEIRA 22/04	TERÇA-FEIRA 23/04	QUARTA-FEIRA 24/04	QUINTA-FEIRA 25/04	SEXTA-FEIRA 26/04
Chá de camomila 190ml Pão integral 50g Frango para pão com tomate 100g	Macarrão parafuso 100g Molho de frango com abobrinha 50g Banana 120g	Canjica 200g Melão fatiado 125g	Chá mate 190ml Pão de leite 50g Isclas de carne refogadas 50g	Risoto de carne e cenoura 150g Maçã 100g
SEGUNDA-FEIRA 29/04	TERÇA-FEIRA 30/04			
Quirera 100g Molho de carne e cenoura 50g Melão fatiado 125g	Chá de erva-cidreira 190ml Sanduíche natural 100g			

