

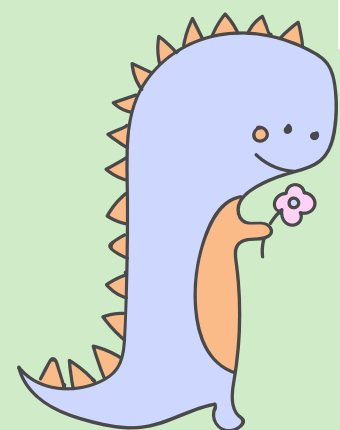
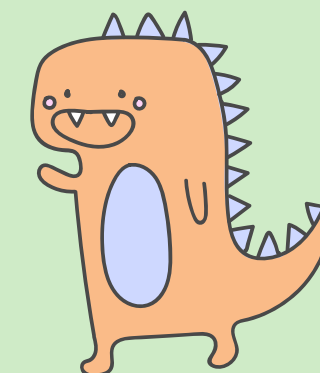


EM CEI Augusto Cesar Sandino
CARDÁPIO MAIO

Café da manhã.

			QUARTA-FEIRA 01/05	QUINTA-FEIRA 02/5	SEXTA-FEIRA 03/04
CM1			FERIADO	Café com leite 190 ml Pão de batata 50g Queijo 20g	Chá de erva doce 190ml Biscoito salgado 50g Banana 120g
	SEGUNDA-FEIRA 06/05	TERÇA-FEIRA 07/05	QUARTA-FEIRA 08/05	QUINTA-FEIRA 09/05	SEXTA-FEIRA 10/05
CM1	Chá mate 190ml Pão fatiado integral 50g Manteiga 10g Banana 120g	Vitamina de banana 180ml Bolo inglês 50g	Chá de hortelã 190ml Biscoito cookies integrais 50g Maçã 100g	Café com leite 190ml Pão de leite 50g Requeijão cremoso 15g	Leite com chocolate 190ml Pão de centeio 50g Margarina 10g
	SEGUNDA-FEIRA 13/05	TERÇA-FEIRA 14/05	QUARTA-FEIRA 15/05	QUINTA-FEIRA 16/05	SEXTA-FEIRA 17/05
CM1	Café com leite 190ml Pão de cenoura 50g Queijo 20g	Chá de erva doce 190ml Pão de batata 50g Manteiga 10g Banana 120g	Leite com aroma de baunilha 190ml Biscoito sequinhos 50g Melão fatiado 125g	Chá de capim limão 190ml Cuque de farofa 50g Mamão fatiado 85g	Suco de uva AF 190ml Pão de centeio 50g Patê de frango 30g
	SEGUNDA-FEIRA 20/05	TERÇA-FEIRA 21/05	QUARTA-FEIRA 22/05	QUINTA-FEIRA 23/05	SEXTA-FEIRA 24/05
CM1	Chá mate 190ml Pão de leite 50g Queijo 20g Mamão fatiado 85g	Leite AF com chocolate 190ml Pão de aveia 50g Requeijão cremoso 15g	Chá de hortelã 190ml Biscoito cookies integrais 50g Banana 120g	Café com leite AF 190ml Pão de abóbora 50g Manteiga AF 10g	Chá de camomila 190ml Bolo de aipim sem doce de leite 50g Maçã 100g
	SEGUNDA-FEIRA 27/05	TERÇA-FEIRA 28/05	QUARTA-FEIRA 29/05	QUINTA-FEIRA 30/05	SEXTA-FEIRA 31/05
CM1	Chá mate 190ml Pão integral 50g Patê de frango 30g	Chá de erva doce 190ml Bolo de maçã aveia e canela 50g Mamão fatiado 85g	Leite AF com aroma de baunilha 190ml Biscoito doce integral 50g Maçã 100g	FERIADO	FERIADO

Cálculos nutricionais (média diária) CM1: 360,49 Kcal, sendo: 9,59g de PTN, 11,83g de LIP e 55,13g de CHO.

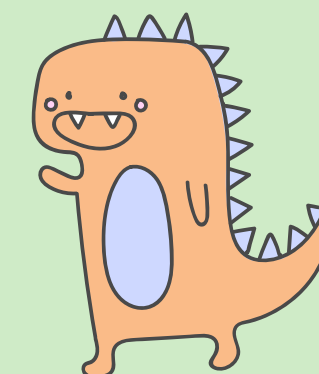
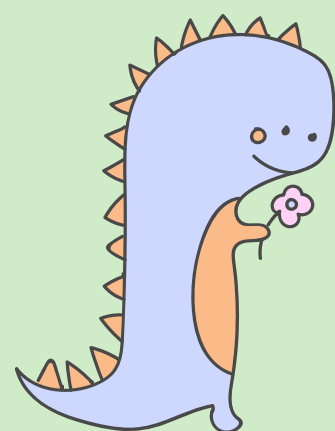




EM CEI Augusto Cesar Sandino
CARDÁPIO MAIO

Almoço.

			QUARTA-FEIRA 01/05	QUINTA-FEIRA 02/5	SEXTA-FEIRA 03/04
Almoço A1			FERIADO	Arroz branco 110g Feijão carioca 90g Isclas de carne ao sugo 110g Abóbora refogada 58g Salada de repolho ao vinagrete 40g Maçã 100g	Arroz integral 110g Feijão preto 90g Frango ao molho de tomate com ervilha 100g Cenoura com batata salsa 50g Salada de alface 15g Caqui 100g
	SEGUNDA-FEIRA 06/05	TERÇA-FEIRA 07/05	QUARTA-FEIRA 08/05	QUINTA-FEIRA 09/05	SEXTA-FEIRA 10/05
Almoço A1	Arroz branco 110g Feijão carioca 90g Carne de panela com ervas 100g Farofa de Cenoura 45g Salada de vagem 40g Ponkan 80g	Arroz integral 110g Feijão preto 90g Almôndegas de frango assada ao sugo 100g Abobrinha refogada 35g Salada de cenoura com limão 25g Melão fatiado 125g	Arroz branco 110g Feijão carioca 90g Carne moída com tomate e cheiro verde 100g Aipim cozido 85g Salada de alface 15g Kiwi 80g	Arroz com vagem 110g Feijão preto 90g Frango ao molho com abobrinha 120g Macarrão alho e óleo 80g Salada de tomate 60g Creme de manga 90g	Arroz branco 110g Feijão carioca 90g Bife grelhado 100g Creme de milho 50g Salada de brócolis AF (orgânico) 30g Banana 120g
	SEGUNDA-FEIRA 13/05	TERÇA-FEIRA 14/05	QUARTA-FEIRA 15/05	QUINTA-FEIRA 16/05	SEXTA-FEIRA 17/05
Almoço A1	Arroz integral 110g Feijão preto AF 90g Peito de frango à milanesa 100g Chuchu refogado 50g Salada de vagem com tomate 40g Salada de frutas 100g	Arroz branco AF 110g Feijão carioca 90g Bolinho de carne assado 90g Cenoura ao molho branco 55g Salada de alface 15g Sagu de uva 100g	Arroz branco AF 110g Virado de feijão (feijão AF) 90g Fricasse de frango 110g Batata refogada 50g Salada de acelga com limão 30g Kiwi 80g	Arroz branco AF 110g Feijão carioca 90g Strognoff de carne 110g Abobrinha refogada 35g Salada de repolho verde AF (orgânico) com repolho roxo AF (orgânico) 40g Ponkan 80g	Arroz AF com cenoura 110g Feijão preto AF 90g Frango ao molho 110g Farofa de couve AF (orgânica) 30g Salada de tomate 25g Caqui 100g
	SEGUNDA-FEIRA 20/05	TERÇA-FEIRA 21/05	QUARTA-FEIRA 22/05	QUINTA-FEIRA 23/05	SEXTA-FEIRA 24/05
Almoço A1	Arroz branco AF 110g Feijão carioca AF 90g Picadinho de carne com cenoura e champignon 100g Farofa de espinafre 30g Salada de chuchu 40g Salada de frutas 100g	Arroz integral 110g Feijão preto AF 90g Frango ao molho com abobrinha 120g Macarrão alho e óleo 80g Salada de repolho ao vinagrete 40g Kiwi 80g	Arroz branco AF 110g Feijão carioca AF 90g Bife acebolado 100g Couve refogada 35g Salada de cenoura com limão 25g Caqui 100g	Arroz branco AF 110g Feijão preto AF 90g Frango assado 110g Brócolis AF (orgânico) refogado 50g Tabule 30g Laranja 100g	Arroz AF com vagem 110g Feijão carioca AF 90g Carne moída com tomate e cheiro verde 100g Batata doce assada 50g Salada de alface AF (orgânica) 15g Ponkan AF (orgânica)
	SEGUNDA-FEIRA 27/05	TERÇA-FEIRA 28/05	QUARTA-FEIRA 29/05	QUINTA-FEIRA 30/05	SEXTA-FEIRA 31/05
Almoço A1	Arroz integral 110g Feijão preto 90g Strognoff de carne 110g Pure de batata 40g Salada de brócolis 30g Banana 120g	Arroz branco 110g Feijão carioca AF 90g Frango grelhado 100g Chuchu ao molho branco 50g Salada de tomate 25g Laranja 100g	Arroz branco 110g Feijão preto 90g Posta assada ao molho 100g Abóbora refogada 58g Salada de tomate com limão 60g Salada de frutas 100g	FERIADO	FERIADO





EM CEI Augusto Cesar Sandino
CARDÁPIO MAIO

Café da tarde.

			QUARTA-FEIRA 01/05	QUINTA-FEIRA 02/5	SEXTA-FEIRA 03/04
LI1			FERIADO	Macarrão parafuso colorido 100g Molho de carne e chuchu 50g Laranja 100g	Chá mate 190ml Pão integral 50g Frango refogado para pão 60g
	SEGUNDA-FEIRA 06/05	TERÇA-FEIRA 07/05	QUARTA-FEIRA 08/05	QUINTA-FEIRA 09/05	SEXTA-FEIRA 10/05
LI1	Risoto de frango com brócolis 150g Caqui 100g	Suco polpa de goiaba 200ml Pão de milho 50g Isclas de frango refogadas 60g	Chá de capim limão 190ml Pão de batata 50g Frango refogado para pão 60g	Polenta 100g Molho de carne e cenoura AF (orgânica) 50g Laranja AF (orgânica)	Macarrão parafuso 100g Molho de carne e abóbora 50g Maçã 100g
	SEGUNDA-FEIRA 13/05	TERÇA-FEIRA 14/05	QUARTA-FEIRA 15/05	QUINTA-FEIRA 16/05	SEXTA-FEIRA 17/05
LI1	Quirera 100g Molho de carne e abobrinha 50g Mamão fatiado 85g	Macarrão parafuso 100g Molho de frango e brócolis 50g Ponkan 120g	Chá de hortelã 190ml Pão de leite 50g Isclas de carne e cenoura 60g	Canjica 200g Maçã 100g	Risoto de carne e abóbora 150g Laranja 100g
	SEGUNDA-FEIRA 20/05	TERÇA-FEIRA 21/05	QUARTA-FEIRA 22/05	QUINTA-FEIRA 23/05	SEXTA-FEIRA 24/05
LI1	Risoto de carne e brócolis 150g Ponkan 120g	Vitamina de polpa de morango 180ml Biscoito rosquinha 50g Banana 120g	Suco polpa de maçã 200ml Pão de batata 50g Frango refogado para pão 60g	logurte de morango AF 180ml Flocos de milho sem açúcar 50g Maçã 100g	Macarrão parafuso 100g Molho de frango, cenoura e ervilha 50g Melão fatiado 125g
	SEGUNDA-FEIRA 27/05	TERÇA-FEIRA 28/05	QUARTA-FEIRA 29/05	QUINTA-FEIRA 30/05	SEXTA-FEIRA 31/05
LI1	Polenta 100g Molho de carne e cenoura 50g Kiwi 80g	Chá mate 190ml Pão de centeio 50g Carne moída para pão 60g Ponkan 120g	Suco de laranja AF 200ml Pão de batata 50g Isclas de frango refogadas 50g	FERIADO	FERIADO

Cálculos nutricionais (média diária) LI1: 343,79 Kcal, sendo: 19,04g de PTN, 7,09g de LIP e 50,58g de CHO.

