

CENTRO DE EDUCAÇÃO INFANTIL - JOINVILLE/SC
CARDÁPIO CEI INTEGRAL – FENILCETONÚRIA CEI MARILENE DOS PASSOS
Cardápio contendo até de 300mg de Fenilalanina/dia no período de aula
Referente ao Período: 28/08 à 01/09 (1ª Semana)

REFEIÇÃO	DIAS DA SEMANA									
	Segunda-feira		Terça-feira		Quarta-feira		Quinta-feira		Sexta-feira	
Café da Manhã	<u>Biscoito</u>		<u>Laranja e Maçã picados com canela</u>		<u>Pão com doce de fruta</u>		<u>Pão com Patê de Abacate</u>		<u>Laranja</u>	
	IP	Biscoito trazido de casa = 50mg	½ P	Laranja ½ unidade(45g) = 25mg	1 P	Pão trazido de casa =50mg	1 P	Pão trazido de casa =50mg	1 P	Laranja 1 unidade(90g) = 50mg
	½ P	Laranja (1/2 unidade) para suco = 25mg	1/6P	Maçã ½ unidade (65g)=8,3 Canela	-	Doce de fruta (20g) = 11mg	½ P	Abacate 1 Colher de Sopa (45g)=25mg		
Almoço	<u>Arroz Integral Acelga Refogada Salada de Tomate</u>		<u>Batata doce cozida Salada de pepino Salada de Tomate</u>		<u>Arroz integral com Vagem e Cenoura Beterraba Cozida</u>		<u>Arroz integral ao molho vermelho Abobrinha Cozida Couve refogada</u>		<u>Arroz integra com Cenoura e Tempero Verde da Horta Salada de Couve-Flor</u>	
	IP	Arroz Integral 3 CS (60g) = 50 mg	1 P	Batata doce cozida 1 unidade pequena (177,5g) = 50 mg	1 P	Arroz Integral 3 CS (60g) = 50 mg	1 P	Arroz Integral 3 CS (60gr) = 50 mg	1 P	Arroz Integral 3 CS (60gr) = 50 mg
	PL	Acelga (livre)	½ P	Pepino 4 CS (72g) = 25mg	¼ P	Cenoura 1CSch (25gr) 12,5mg	½ P	Abobrinha 2 C. de sopa (45g) =25mg	½ P	Cenoura 2CSch (50gr) 25mg
	½ P	Tomate ½ unidade pequena (50 g) = 25mg	½ P	Tomate ½ unidade pequena (50 g) = 25mg	¼ P	Vagem 1 CS (20g)= 12,5mg	PL	Couve	1 P	Couve-Flor 1 ramo médio (60g)=50mg
				½ P	Beterraba Cozida 2CSch (40 g) =25mg					

Lanche da tarde	Macã Assada com Canela	Tangerina	Salada de Frutas	Banana Picada com Canela	Sagu de Maçã
½ P	Macã 1 ½ unidade média (195g) =25mg	½ P Tangerina 1 unidade (68g) =25mg	¼ P Banana Branca 1/2 unidade (20g) =12 mg ¼ P Pêra 1/2 unidade (55 g) = 12,5 mg ¼ P Laranja 1/3 unidade (30g) =17 mg	1 P Banana Branca 2 unidades média (80g) = 50mg - Canela em Pó	1/6P Sagu 3 CS (90g) Açúcar Maçã ½ unidade (65g)=8,3
Jantar	Sopa de Legumes (Batata Inglesa, Cenoura, Chuchu)	Arroz Integral ao molho vermelho Beterraba cozida	Caldo de feijão com legumes	Purê de Aipim Salada de tomate	Arroz Colorido (Cenoura, Talos de Couve-Flor) Beterraba Cozida
½ P	Cenoura 2C sopa (50g) =25mg	1 P Arroz Integral 3 CS (60g) = 50 mg	1 P Aipim cozido 1 pedaço médio (200g) = 50 mg	1 P Cenoura 1CSch (25gr) = 12,5mg	1 P Arroz Integral 3 CS (60g) = 50 mg
1 P	Batata Inglesa ½ Unidade Média (70g) =50mg	½ P Beterraba Cozida 2CSch (40 g) =25mg	1/3 P Tomate ½ unidade pequena (50gr) = 25mg	½ P Cenoura 1CSch (25gr) = 12,5mg	¼ P Cenoura 1C sopa (25g) =12,5mg
½ P	Chuchu 3 CS (60g)= 25mg				½ P Couve-Flor ½ ramo médio (30g)= 25mg
½ P	Arroz integral 1 1/2 CS (30g)=25mg				½ P Beterraba Cozida 2CSch (40 g) =25mg
Total de Fenilalanina	300mg	233,30mg	202,5mg	287,5mg	295,8mg

* Não deverá ser fornecido quantidades superiores as quantidades indicadas no cardápio.

* NÃO PODERÁ SER UTILIZADO O MOLHO VERMELHO PREPARADO COM A CARNE. FAZER O MOLHO VERMELHO SEPARADO PARA ESTA PREPARAÇÃO.

ALIMENTOS PROIBIDOS: Carnes de qualquer espécie, peixe, ovos, leite e derivados, farinha de trigo e derivados (pão, biscoito, bolos), nozes, feijão, lentilha, ervilha, milho, pipoca, amendoim, alimentos que contenham aspartame (adoçante) e demais alimentos que contenham FENILALANINA. VERIFICAR RÓTULO!

CENTRO DE EDUCAÇÃO INFANTIL - JOINVILLE/SC
CARDÁPIO CEI INTEGRAL – FENILCETONÚRIA CEI MARILENE DOS PASSOS
Cardápio contendo até de 300mg de Fenilalanina/dia no período de aula
Referente ao Período: 04/09 à 08/09 (2ª Semana)

REFEIÇÃO	DIAS DA SEMANA									
	Segunda-feira		Terça-feira		Quarta-feira		Quinta-feira		Sexta-feira	
Café da Manhã	1	<u>Maçã Assada com Canela</u> Maçã 1 ½ unidade média (195g) =25mg	1 P	<u>Pão com doce de fruta</u> Pão trazido de casa =50mg Doce de fruta (20g) = 11mg	1 P	<u>Banana Picada com Canela</u> Banana Branca 2 unidades média (80g) = 50mg - Canela em Pó	FERIADO		PONTO FACULTATIVO	
	½ P		-		-					
Almoço	IP	<u>Arroz Integral</u> <u>Repolho Refogado</u> <u>Salada de Cenoura Cozida</u> Aipim cozido 1 pedaço médio (100g) = 50 mg	1 P	<u>Arroz Integral ao Molho Vermelho</u> <u>Beterraba Cozida</u> <u>Salada de Pepino</u> Arroz Integral 3 CS (60g) = 50 mg Beterraba Cozida 2CSch (40 g) =25mg Pepino 4 CS (72g) = 25mg	1 P	<u>Arroz integral Salada de Couve-Flor Com Brócolis</u> Arroz Integral 3 CS (60g) = 50 mg Couve-Flor 1 ramo médio (60g)=50mg Brócolis 1 ½ CS (15g)=25mg	FERIADO		PONTO FACULTATIVO	
	PL		½ P		½ P					
	½ P		½ P		½ P					
Lanche da Tarde	1 P	<u>Sagu com suco de uva Laranja</u> Sagu 3 CS (90g) Suco de uva Açúcar	1/3 P	<u>Salada de Frutas</u> Banana Branca 1/2 unidade (20g) =12 mg Pêra 1/2 unidade (55 g) = 12,5 mg Laranja 1/3 unidade	1	<u>Maçã Assada com Canela</u> Maçã 1 ½ unidade média (195g) =25mg	FERIADO		PONTO FACULTATIVO	
	1 P		1/3 P		½ P					
	1 P									

Nutricionistas

Serviço de Alimentação



Nutrição Escolar

M. S. Kraemer

Mariana Vieira dos Santos Kraemer CRN10 - 4852



Taciana Duarte CRN 10 3144

		= 50mg	1/3 P	(30g) = 17 mg					
Jantar		<u>Caldo de feijão com legumes</u>	IP	<u>Batata Doce Cozida Legumes Refogados (Chuchu e Cenoura)</u> Batata doce cozida 1 unidade pequena (177,5g) = 50 mg 1/2 P Cenoura 2CSch (50gr) 25mg 1/2 P Chuchu 3 CS (60g)= 25mg	1/2 P 1/2 P 1/2 P	<u>Sopa de Legumes (Batata doce, Cenoura, Chuchu)</u> Cenoura 2C sopa (50g) =25mg Batata doce 1/2 Unidade pequena (88g) =25mg Chuchu 3 CS (60g)= 25mg		FERIADO	PONTO FACULTATIVO
Total de Fenilalanina		<u>150mg</u>		<u>300mg</u>		<u>275mg</u>			

* Não deverá ser fornecido quantidades superiores as quantidades indicadas no cardápio.

* NÃO PODERÁ SER UTILIZADO O MOLHO VERMELHO PREPARADO COM A CARNE. FAZER O MOLHO VERMELHO SEPARADO PARA ESTA PREPARAÇÃO.

ALIMENTOS PROIBIDOS: Carnes de qualquer espécie, peixe, ovos, leite e derivados, farinha de trigo e derivados (pão, biscoito, bolos), nozes, feijão, lentilha, ervilha, milho, pipoca, amendoim, alimentos que contenham aspartame (adoçante) e demais alimentos que contenham FENILALANINA. VERIFICAR RÓTULO!

CENTRO DE EDUCAÇÃO INFANTIL - JOINVILLE/SC
CARDÁPIO CEI INTEGRAL – FENILCETONÚRIA CEI MARILENE DOS PASSOS
Cardápio contendo até de 300mg de Fenilalanina/dia no período de aula
Referente ao Período: 11/09 à 15/09 (3ª Semana)

REFEIÇÃO	DIAS DA SEMANA									
	Segunda-feira		Terça-feira		Quarta-feira		Quinta-feira		Sexta-feira	
Café da Manhã	<u>Biscoito</u>		<u>Banana e Manga Picadas com Canela</u>		<u>Pão com doce de fruta</u>		<u>Biscoito</u>		<u>Banana Picada com Canela</u>	
	1 P	Biscoito trazido de casa = 50mg	½ P	Banana Branca 1 unidades média (40g) = 25mg	1 P	Pão trazido de casa =50mg	1 P	Biscoito trazido de casa = 50mg	1 P	Banana Branca 2 unidades média (80g) = 50mg
	½ P	Laranja (1/2 unidade) para suco = 25mg	1/3P	Manga 1/3 de Unidade (46 g) =17 mg	-	Doce de fruta (20g) = 11mg	½ P	Laranja (1/2 unidade) para suco = 25mg	-	Canela em Pó
Almoço	<u>Batata doce cozida</u> <u>Salada de Beterraba</u> <u>Salada de Pepino</u>		<u>Arroz integral</u> <u>Repolho Refogado</u> <u>Salada de Tomate</u>		<u>Arroz Integral com Brocolis</u> <u>Salada de Cenoura</u>		<u>Arroz integral</u> <u>Abobrinha Refogada</u> <u>Salada de Couve</u>		<u>Arroz Integral com Salsa</u> <u>Salada de Repolho</u> <u>Salada de Beterraba</u>	
	½ P	Batata doce cozida 1 unidade pequena (177,5g) = 50 mg	1 P	Arroz Integral 3 CS (60g) = 50 mg	1P	Arroz Integral 3 CS (60g) = 50 mg	1 P	Arroz Integral 3 CS (60g) = 50 mg	1P	Arroz Integral 3 CS (60g) = 50 mg
	½ P	Beterraba Cozida 2CSch (40 g) =25mg	-	Repolho	½ P	Brócolis 1 ½ CS (15g)=25mg	½ P	Abobrinha 2 C. de sopa (45g) =25mg	PL	Repolho(livre)
	½ P	Pepino 4 CS (72g) = 25mg	½ P	Tomate ½ unidade pequena (50gr) = 25mg	½ P	Cenoura 2CSch (50gr) 25mg	-	Couve	½ P	Beterraba Cozida 2CSch (40 g) =25mg

Lanche da tarde	1/2 P	Maçã Maçã 1 1/2 unidade média (195g) =25mg	1 P	Banana Picada com Canela Banana Branca 2 unidades média (80g) = 50mg Canela em Pó	1/3P	Salada de Frutas Banana Branca 1/2 unidade (20g) =12 mg Pêra 1/2 unidade (55 g) = 12,5 mg Laranja 1/3 unidade (30g) =17 mg	1 P	Laranja Laranja (1 unidade) = 50mg	1 1/2 P	Maçã Assada com Canela Maçã 1 1/2 unidade média (195g) =25mg
Jantar	1/2 P	Sopa de Legumes (Batata doce, Cenoura, Chuchu) Cenoura 2C sopa (50g) =25mg	1P	Aipim cozido ao Molho Vermelho Salada de Chuchu Aipim cozido 1 pedaço médio (100g) = 25 mg	1/2 P	Sopa de Legumes (Batata doce, Cenoura, Chuchu) Cenoura 2C sopa (50g) =25mg Batata doce 1/2 Unidade pequena (88g) =25mg Chuchu 3 CS (60g)= 25mg	1 P	Purê de Aipim ao Sugo Salada de Brócolis com Cenoura Aipim cozido 1 pedaço médio (100g) = 25 mg Brócolis 1 1/2 CS (15g)=25mg Cenoura 1CSch (25gr) = 12,5mg	1 P 1/2 P 1 P	Arroz Integral Salada de Tomate Salada de Vagem Cozida Arroz Integral 3 CS (60g) = 50 mg Tomate 1/2 und. pequena (50g) = 25mg Vagem 4CSch (80g) = 50mg
Total de Fenilalanina		300mg		217.00mg		300mg		262,5mg		275mg

* Não deverá ser fornecido quantidades superiores as quantidades indicadas no cardápio.

* NÃO PODERÁ SER UTILIZADO O MOLHO VERMELHO PREPARADO COM A CARNE. FAZER O MOLHO VERMELHO SEPARADO PARA ESTA PREPARAÇÃO.

ALIMENTOS PROIBIDOS: Carnes de qualquer espécie, peixe, ovos, leite e derivados, farinha de trigo e derivados (pão, biscoito, bolos), nozes, feijão, lentilha, ervilha, milho, pipoca, amendoim, alimentos que contenham aspartame (adoçante) e demais alimentos que contenham FENILALANINA. VERIFICAR RÓTULO!

CENTRO DE EDUCAÇÃO INFANTIL - JOINVILLE/SC
CARDÁPIO CEI INTEGRAL – FENILCETONÚRIA CEI MARILENE DOS PASSOS
Cardápio contendo até de 300mg de Fenilalanina/dia no período de aula
Referente ao Período: 18/09 à 22/09 (4ª Semana)

REFEIÇÃO	DIAS DA SEMANA									
	Segunda-feira		Terça-feira		Quarta-feira		Quinta-feira		Sexta-feira	
Café da Manhã	<u>Biscoito</u>		<u>Maçã e Banana Picadas com Canela</u>		<u>Pão com doce de fruta</u>		<u>Pão com doce de fruta</u>		<u>Pão com Patê de Abacate</u>	
	1 P	Biscoito trazido de casa = 50mg	½ P	Banana Branca 1 unidades média (40g) = 25mg	1 P	Pão trazido de casa =50mg	1 P	Pão trazido de casa =50mg	1 P	Pão trazido de casa =50mg
	½ P	Laranja (1/2 unidade) para suco = 25mg	1/6P	Maçã ½ unidade (65g)=8,33mg	-	Doce de fruta (20g) = 11mg	-	Doce de fruta (20g) = 11mg	½ P	Abacate 1 Colher de Sopa (45g)=25mg
						Goiaba		Goiaba		
Almoço	<u>Arroz Integral com Açafrão Repolho Refogado</u>		<u>Arroz Colorido (Vagem, Cenoura, Chuchu)</u>		<u>Purê de Batata Doce Couve Refogada Salada de Tomate</u>		<u>Arroz integral Cenoura Refogada Salada de Alface</u>		<u>Batata doce cozida Salada de tomate Abobrinha Refogada</u>	
	1 P	Arroz Integral 3 CS (60g) = 50 mg	1 P	Arroz Integral 3 CS (60g) = 50 mg	1 P	Batata doce 1 Unidade pequena (177,5g) =50mg	1 P	Arroz Integral 3 CS (60g) = 50 mg	1 P	Batata doce 1 Unidade pequena (177,5g) =50mg
	PL	Açafrão	¼ P	Cenoura 1CSch (25gr) = 12,5mg	PL	Couve	½ P	Cenoura 2CSch (50gr) = 25mg	½ P	Tomate ½ und. pequena (50g) = 25mg
	PL	Repolho (livre)	¼ P	Vagem 1CSch (20g) = 12,5mg	½ P	Tomate ½ und. pequena (50g) = 25mg	PL	Alface (Livre)	½ P	Abobrinha 2 C. de sopa (45g) =25mg
			1/3P	Chuchu 31CS (30g)= 12,5mg						

Lanche da tarde	<u>Sagu de Abacaxi</u>	<u>Salada de Frutas</u>	<u>Banana Picada com Canela</u>	<u>Laranja</u>	<u>Salada de Frutas</u>
1P	Sagu 3 CS (90g) Suco de uva Açúcar	1/3P Banana Branca 1/2 unidade (20g) = 12 mg	1 P Banana Branca 2 unidades média (80g) = 50mg	1 P Laranja (1 unidade) = 50mg	1/3P Banana Branca 1/2 unidade (20g) = 12 mg
1/2 P	Abacaxi 1 fatia (75g) = 25mg	1/3P Pêra 1/2 unidade (55 g) = 12,5 mg	Canela em Pó		1/3P Pêra 1/2 unidade (55 g) = 12,5 mg
		1/3P Laranja 1/3 unidade (30g) = 17 mg	-		1/3P Laranja 1/3 unidade (30g) = 17 mg
Jantar	<u>Aipim cozido ao Molho Vermelho</u> <u>Salada de Cenoura</u>	<u>Arroz integral ao Molho Vermelho</u> <u>Salada de Beterraba</u>	<u>Sopa de Legumes (Batata doce, Cenoura, Chuchu)</u>	<u>Arroz Integral com Espinafre</u> <u>Repolho roxo</u> <u>Refogado</u>	<u>Caldo de feijão com legumes</u>
1P	Aipim cozido 2 pedaço médio (200g) = 50 mg	1 P Arroz Integral 3 CS (60g) = 50 mg	1/2 P Cenoura 2C sopa (50g) = 25mg	1P Arroz Integral 3 CS (60g) = 50 mg	
1/2 P	Cenoura 2CSch (50gr) = 25mg	1/2 P Beterraba Cozida 2CSch (40 g) = 25mg	1/2 P Batata doce 1/2 Unidade pequena (88g) = 25mg	PL Espinafre (Livre)	
		1/2 P Chuchu 3 CS (60g) = 25mg		PL Repolho Roxo (Livre)	
Total de Fenilalanina	<u>225mg</u>	<u>237,33mg</u>	<u>261mg</u>	<u>236mg</u>	<u>216,5mg</u>

* Não deverá ser fornecido quantidades superiores as quantidades indicadas no cardápio.

* NÃO PODERÁ SER UTILIZADO O MOLHO VERMELHO PREPARADO COM A CARNE. FAZER O MOLHO VERMELHO SEPARADO PARA ESTA PREPARAÇÃO.

ALIMENTOS PROIBIDOS: Carnes de qualquer espécie, peixe, ovos, leite e derivados, farinha de trigo e derivados (pão, biscoito, bolos), nozes, feijão, lentilha, ervilha, milho, pipoca, amendoim, alimentos que contenham aspartame (adoçante) e demais alimentos que contenham FENILALANINA. VERIFICAR RÓTULO!