

CENTRO DE EDUCAÇÃO INFANTIL - JOINVILLE/SC
CARDÁPIO CEI INTEGRAL – FENILCETONÚRIA CEI AMANDOS FINDER
Cardápio contendo até de 300mg de Fenilalanina/dia no período de aula
Referente ao Período: 09/10 à 11/10 (3ª Semana)

REFEIÇÃO	DIAS DA SEMANA									
	Segunda-feira		Terça-feira		Quarta-feira		Quinta-feira		Sexta-feira	
Café da Manhã		<u>Biscoito</u> <u>Suco de Laranja</u>		<u>Goiaba</u>		<u>Biscoito</u> <u>Suco de Abacaxi com Couve</u>				
	1 P	Biscoito trazido de casa = 50mg	¼ P	Goiaba 1 unidade pequena (120g) = 50mg	1 P	Biscoito trazido de casa = 50mg				
	½ P	Laranja (1/2 unidade) para suco = 25mg			½ P	Abacaxi 1 fatia (75g) = 25mg				
					PL	Couve (Livre)				
Almoço		<u>Purê de Aipim</u> <u>Repolho Refogado</u> <u>Salada de Cenoura Ralada</u>		<u>Arroz integral com Vagem</u> <u>Salada de Abobrinha Cozida</u> <u>Salada de Beterraba</u>		<u>Arroz Integral com Brócolis</u> <u>Salada de Alface</u> <u>Salada de Tomate</u>				
	1 P	Aipim cozido 2 pedaços médios (200g) = 50 mg	1 P	Arroz Integral 3 CS (60g) = 50 mg	1 P	Arroz Integral 3 CS (60g) = 50 mg				
	PL	Repolho Refogado	½ P	Vagem 1 CS (20g) = 12,5mg	½ P	Brócolis 1 ½ CS (15g) = 25mg				
	½ P	Cenoura Crua 3CSch (36gr) 25mg	½ P	Abobrinha 2 C. de sopa (45g) = 25mg	½ P	Tomate ½ und. pequena (50g) = 25mg				
			½ P	Beterraba Ralada 2CSch (40 g) = 25mg	PL	Alface (Livre)				
							FERIADO			PONTO FACULTATIVO

Nutricionistas

Taciana M. dos S. Duarte CRN 10-3144

Priscila M.

Priscila Mikulis de Castilho CRN 10 - 3069

Lanche da tarde	½ P	Creme de Manga com Inhame Manga ½ unidade média (70g) = 25mg Inhame (50g) = 37,5	¼ P	Salada de Frutas Banana Branca 1/2 unidade (20g) = 12 mg Maçã (97,5g) = 12,5 mg Laranja 1/3 unidade (30g) = 17 mg Abacaxi 1 Fatia (75g) = 25mg	1 P	Banana Picada com Canela Banana Branca 2 unidades média (80g) = 50mg Canela em Pó	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
	½ P		¼ P		¼ P			
			¼ P		½ P			
			½ P					
Jantar	1 P	Arroz Integral ao molho vermelho Salada de Chuchu Cozido Arroz Integral 3 CS (60g) = 50 mg Chuchu 3 CS (60g) = 25mg	½ P	Sopa de Legumes (Batata doce, Cenoura, Chuchu) Cenoura 2C sopa (50g) = 25mg Batata doce ½ Unidade pequena (88g) = 25mg Chuchu 3 CS (60g) = 25mg	1 P	Aipim cozido ao Molho Vermelho Salada de Pepino Aipim cozido 2 pedaços médios (200g) = 50 mg Pepino 4 CS (72g) = 25mg		
	½ P		½ P		½ P			
			½ P					
Total de Fenilalanina		287,5mg		304mg		300mg		

* 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!

Nutricionistas

Taciana M. dos S. Duarte CRN 10-3144

Priscila M.

Priscila Mikulis de Castilho CRN 10 - 3069

CENTRO DE EDUCAÇÃO INFANTIL - JOINVILLE/SC
CARDÁPIO CEI INTEGRAL – FENILCETONÚRIA CEI AMANDOS FINDER
Cardápio contendo até de 300mg de Fenilalanina/dia no período de aula
Referente ao Período: 6/10/08 à 20/10 (4ª Semana)

REFEIÇÃO	DIAS DA SEMANA									
	Segunda-feira		Terça-feira		Quarta-feira		Quinta-feira		Sexta-feira	
Café da Manhã		<u>Biscoito</u> <u>Suco de Laranja</u>		<u>Banana</u>		<u>Pão com doce de fruta</u> <u>Suco de Laranja</u>		<u>Abacaxi Picados com</u> <u>Canela</u>		<u>Goiaba</u>
	1 P	Biscoito trazido de casa = 50mg	1 P	Banana Branca 2 unidades média (80g) = 50mg	1 P	Pão trazido de casa = 50mg Doce de fruta (20g) = 11mg	1 P	Abacaxi Picado 2 Fatias Médias(150g) = 50mg	¼ P	Goiaba 1 unidade pequena (120g) = 50mg
	½ P	Laranja (1/2 unidade) para suco = 25mg			-	1 P	Laranja 1 unidade (90g) = 50mg			
Almoço		<u>Aipim Cozido</u> <u>Cenoura Refogada</u> <u>Salada de</u> <u>Repolho Verde com</u> <u>Repolho Roxo</u>		<u>Purê de Cenoura com</u> <u>Batata Doce</u> <u>Salada de Vagem</u> <u>Cozida</u>		<u>Arroz Integral</u> <u>Couve Picadinha Refogada</u> <u>Salada de Beterraba Cozida</u>		<u>Arroz integral com</u> <u>Cenoura</u> <u>Vagem Cozida</u>		<u>Arroz Integral com</u> <u>legumes (Cenoura e</u> <u>Chuchu)</u> <u>Salada de Abobrinha</u> <u>Cozida</u>
	1 P	Aipim cozido 2 pedaços médios (200g) = 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 (60g) = 50 mg	1 P	Arroz Integral 3 CS (60g) = 50 mg
	½ P	Cenoura 2CSch (50gr) = 25mg	½ P	Cenoura 2C sopa (50g) = 25mg	PL	Couve Picadinha	1/3 P	Cenoura Crua 2CSch (24gr) = 16,6mg	1/4 P	Cenoura Cozida 1 CSch (25g) = 12,5
	PL	Repolho Verde Repolho Roxo (Livre)	1P	Vagem 4CSch (80g) = 50mg	½ P	Beterraba Cozida 2CSch (40g) = 25mg	1 P	Vagem 4CSch (80g) = 50mg	1/6 P	Chuchu 1 CS (20g) = 8,3mg
			PL	Alface (Livre)					½ P	Abobrinha 2 C. de sopa (45g) = 25mg


Nutricionistas

Taciana M. dos S. Duarte CRN 10-3144



Priscila Mikulis de Castilho CRN 10 - 3069

Lanche da tarde		<u>Abacaxi Picado com Canela</u>		<u>Salada de Frutas</u>		<u>Maçã Picada com Canela</u>		<u>Salada de Frutas</u>		<u>Pão com doce de fruta</u>
	1 P	Abacaxi 2 fatia (150g) =50mg	¼ P	Banana Branca 1/2 unidade (20g) =12 mg	1/3 P	Maçã (130g) = 16,6 mg	¼ P	Banana Branca 1/2 unidade (20g) =12 mg	1 P	Pão trazido de casa =50mg
	PL	Canela	¼ P	Maçã (97,5g) = 12,5 mg		Canela em Pó	¼ P	Maçã (97,5g) = 12,5 mg	-	Doce de fruta (20g) = 11mg
			¼ P	Laranja 1/3 unidade (30g) =17 mg			¼ P	Laranja 1/3 unidade (30g) =17 mg		
			½ P	Abacaxi 1 Fatia (75g) =25mg						
Jantar		<u>Sopa de Legumes (Batata doce, Cenoura, Chuchu)</u>		<u>Arroz integral ao Molho Vermelho Repolho Roxo Refogado</u>		<u>Purê de Aipim Salada de Cenoura Cozida Espinafre Picadinho Refogado</u>		<u>Sopa de Legumes (Batata doce, Cenoura, Chuchu)</u>		<u>Arroz Integral com Vagem Salada de Beterraba Ralada</u>
	½ P	Cenoura 2C sopa (50g) =25mg	1 P	Arroz Integral 3 CS (60g) = 50 mg	IP	Aipim cozido 2 pedaços médios (200g) = 50 mg	½ P	Cenoura 2C sopa (50g) =25mg	1P	Arroz Integral 3 CS (60g) = 50 mg
	½ P	Batata doce ½ Unidade pequena (88g) =25mg	PL	Repolho Roxo (Livre)	½ P	Cenoura 2C sopa (50g) =25mg	½ P	Batata doce ½ Unidade pequena (88g) =25mg	¼ P	Vagem 1 CS (20g) = 12,5mg
	½ P	Chuchu 3 CS (60g) = 25mg			PL	Espinafre (Livre)	½ P	Chuchu 3 CS (60g) = 25mg	½ P	Beterraba Crua 2CSch (40 g) =25mg
Total de Fenilalanina		<u>275mg</u>		<u>291,5mg</u>		<u>277,6mg</u>		<u>283,1mg</u>		<u>294,3mg</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!


Nutricionistas

Taciana M. dos S. Duarte CRN 10-3144



Priscila Mikulis de Castilho CRN 10 - 3069