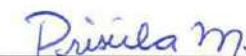


CENTRO DE EDUCAÇÃO INFANTIL - JOINVILLE/SC
CARDÁPIO CEI INTEGRAL – FENILCETONÚRIA CEI MARILENE DOS PASSOS
Cardápio contendo até de 300mg de Fenilalanina/dia no período de aula
Referente ao Período: 09/10 à 11/10 (3ª Semana)

REFEIÇÃO	DIAS DA SEMANA									
	Segunda-feira		Terça-feira		Quarta-feira		Quinta-feira		Sexta-feira	
Café da Manhã	1 P	<u>Abacaxi</u> Abacaxi 2 fatias (150g) =50mg	¼ P	<u>Goiaba</u> Goiaba 1 unidade pequena (120g) =50mg	1/3 P	<u>Maçã</u> Maçã 1 unidade (130g) = 16,6 mg				
Almoço	1 P	<u>Purê de Aipim</u> <u>Repolho Refogado</u> <u>Salada de Cenoura Ralada</u> Aipim cozido 2 pedaços médios (200g) = 50 mg	1 P	<u>Arroz integral com Vagem</u> <u>Salada de Abobrinha Cozida</u> <u>Salada de Beterraba Ralada</u> Arroz Integral 3 CS (60g) = 50 mg	1 P	<u>Arroz Integral com Brócolis</u> <u>Salada de Alface</u> <u>Salada de Tomate</u> Arroz Integral 3 CS (60g) = 50 mg	FERIADO		PONTO FACULTATIVO	
	PL	Repolho Verde e Roxo Refogado	¼ 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 Crua 2CSch (40 g) =25mg	PL	Alface (livre)				


Nutricionistas

Taciana M. dos S. Duarte CRN 10-3144



Priscila Mikulis de Castilho CRN 10 - 3069

Lanche da tarde		<u>Creme de Manga com Inhame</u>		<u>Salada de Frutas</u>		<u>Banana Picada com Canela</u>			
	½ P	Manga ½ unidade média (70g) = 25mg	¼ P	Banana Branca 1/2 unidade (20g) = 12 mg	1 P	Banana Branca 2 unidades média (80g) = 50mg			
	½ P	Inhame (50g) = 37,5mg	¼ P	Maçã (97,5g) = 12,5 mg	-	Canela em Pó			
			¼ P	Laranja 1/3 unidade (30g) = 17 mg					
			½ P	Abacaxi 1 Fatia (75g) = 25mg					
Jantar		<u>Arroz Integral ao molho vermelho</u> <u>Salada de Chuchu</u> <u>Cozido</u>		<u>Sopa de Legumes</u> <u>(Batata doce, Cenoura, Chuchu)</u>		<u>Caldo de Feijão com Legumes e Arroz</u>			
	1 P	Arroz Integral 3 CS (60g) = 50 mg	½ P	Cenoura 2C sopa (50g) = 25mg	½ P	Caldo de Feijão Arroz integral 1 1/2 CS (30g) = 25mg			
	½ P	Chuchu 3 CS (60g) = 25mg	½ P	Batata doce ½ Unidade pequena (88g) = 25mg	½ P	Chuchu 3 CS (60g) = 25mg			
			½ P	Chuchu 3 CS (60g) = 25mg	½ P	Cenoura 2C sopa (50g) = 25mg			
					PL	Couve ou Repolho (Livre)			
Total de Fenilalanina		<u>262,5mg</u>		<u>304mg</u>		<u>241.6mg</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

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: 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>Maçã</u>		<u>Banana</u>		<u>Laranja</u>		<u>Abacaxi Picado com Canela</u>		<u>Goiaba</u>
	1/3 P	Maçã 1 unidade (130g) = 16,6 mg	1 P	Banana Branca 2 unidades média (80g) = 50mg	1 P	Laranja 1 unidade (90g) = 50mg	1 P	Abacaxi Picado 2 Fatias Médias(150g) = 50mg	¼ P	Goiaba 1 unidade pequena (120g) = 50mg
							-	Canela		
Almoço		<u>Aipim Cozido</u> <u>Cenoura Refogada</u> <u>Salada de Repolho Verde com Repolho Roxo</u>		<u>Purê de Cenoura com Batata Doce</u> <u>Salada de Vagem Cozida</u>		<u>Arroz Integral</u> <u>Couve Picadinha Refogada</u> <u>Salada de Beterraba Cozida</u>		<u>Arroz integral com Cenoura</u> <u>Vagem Cozida</u>		<u>Arroz Integral com legumes (Cenoura e Chuchu)</u> <u>Salada de Abobrinha 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	1P	Vagem 4CSch (80g) = 50mg	½ P	Beterraba Cozida 2CSch (40 g) = 25mg	1 P	Vagem 4CSch (80g) = 50mg	1/6 P	Chuchu 1 CS (20g) = 8,3mg
			PL	Alface (Livre)			PL	Repolho Verde Repolho Roxo (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>Melão</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	½ P	Melão 1 ½ fatias Médias (135 g)=37,5mg
	PL	Canela	¼ P	Maçã (97,5g) = 12,5 mg		Canela em Pó	¼ P	Maçã (97,5g) = 12,5 mg		
			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			½ P	Abacaxi 1 Fatia (75g) =25mg		
Jantar	-	<u>Caldo de Feijão com Legumes e Arroz</u>		<u>Arroz integral ao Molho Vermelho Repolho Roxo Refogado</u>		<u>Purê de Aipim ao Molho Vermelho Salada de Cenoura Cozida</u>		<u>Caldo de Feijão com Legumes e Arroz</u>		<u>Sopa de Legumes (Batata Inglesa, Cenoura, Chuchu)</u>
		Caldo de Feijão						Caldo de Feijão		
	½ P	Arroz integral 1 1/2 CS (30g)=25mg	1 P	Arroz Integral 3 CS (60g) = 50 mg	1P	Aipim cozido 2 pedaços médios (200g) = 50 mg	½ P	Arroz integral 1 1/2 CS (30g)=25mg	½ P	Cenoura 2C sopa (50g) =25mg
	½ P	Chuchu 3 CS (60g)= 25mg	PL	Repolho Roxo (Livre)	½ P	Cenoura 2C sopa (50g) =25mg	½ P	Chuchu 3 CS (60g)= 25mg	1 P	Batata Inglesa ½ Unidade Média (70g) =50mg
	½ P	Cenoura 2C sopa (50g) =25mg					½ P	Cenoura 2C sopa (50g) =25mg	½ P	Chuchu 3 CS (60g)= 25mg
	PL	Couve ou Repolho (Livre)					PL	Couve ou Repolho (Livre)	½ P	Arroz integral 1 1/2 CS (30g)=25mg
Total de Fenilalanina		<u>216.60mg</u>		<u>291.5mg</u>		<u>216.6mg</u>		<u>308.1mg</u>		<u>308.3mg</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!



Taciana M. dos S. Duarte CRN 10-3144



Priscila Mikulis de Castilho CRN 10 - 3069