

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: 20/11/2017 à 24/11/2017 (1ª 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>Pão com doce de fruta</u>		<u>Pão com doce de fruta</u>		<u>Banana Picada com Canela</u>		<u>Biscoito</u> <u>Suco de Abacaxi</u>
	1P	Biscoito trazido de casa = 50mg	1 P	Pão trazido de casa =50mg	1 P	Pão trazido de casa =50mg	1 P	Banana Branca 2 unidades média (80g) = 50mg	1P	Biscoito trazido de casa = 50mg
	½ P	Laranja (1/2 unidade) para suco = 25mg	-	Doce de fruta (20g) = 11mg	-	Doce de fruta (20g) = 11mg	-	Canela em Pó	¼ P	Abacaxi 1/2 fatia (37,5) para suco = 12,5mg
Almoço		<u>Arroz Integral</u> <u>Chuchu Regofado</u> <u>Salada de Repolho Verde</u> <u>Salada de Cenoura</u> <u>Cozida</u>		<u>Arroz Integral</u> <u>Salada de Couve</u> <u>Refogada</u> <u>Salada de Cenoura</u> <u>Ralada</u>		<u>Arroz integral com Talos de Couve</u> <u>Salada de Vagem</u> <u>Cozida</u> <u>Salada de Tomate</u>		<u>Purê de Aipim ao Molho Vermelho</u> <u>Salada de Couve-Flor</u> <u>Salada de Chuchu</u>		<u>Arroz integral com Açafrão</u> <u>Salada de Abobrinha</u> <u>Ralada</u> <u>Salada de Beterraba</u> <u>Cozida</u>
	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	1 P	Aipim cozido 2 pedaços médios (200g) = 50 mg	1 P	Arroz Integral 3 CS (60gr) = 50 mg
	1/6 P	Chuchu 1 CS (20g)= 8,3mg	PL	Couve Mantega	PL	Talos de Couve	1P	Couve-Flor 1 ramo médio (60g)=50mg	-	Açafrão
	PL	Repolho (livre)	½ P	Cenoura 2CSch (50gr)=25mg	½ P	Vagem Cozida 2 CSch (40g) = 25mg	1/6 P	Chuchu 1 CS (20g)= 8,3mg	½ P	Abobrinha 2 C. de sopa (45g) =25mg
	½ P	Cenoura Cozida 2C sopa (50g) =25mg			½ P	Tomate ½ und. pequena (50g) = 25mg			½ P	Beterraba Cozida 2CSch (40 g) =25mg

Lanche da tarde		<u>Frutas Picadas (Abacaxi, Laranja, Maçã) com canela</u>		<u>Sagu com suco de uva</u>		<u>Salada de Frutas (Banana, Maçã, Laranja)</u>		<u>Pão com doce de fruta</u>		<u>Salada de Frutas (Banana, Laranja e Maçã)</u>
	½ P	Abacaxi 1 fatias (90g) = 32,6mg	1 P	Sagu 3 CS (90g) Suco de uva	¼ P	Banana Branca 1/2 unidade (20g) = 12 mg	1 P	Pão trazido de casa = 50mg	¼ P	Banana Branca 1/2 unidade (20g) = 12 mg
	½ P	Laranja ½ unidade (45g) = 25mg	-	Açúcar	¼ P	Maçã (97,5g) = 12,5 mg	-	Doce de fruta (20g) = 11mg	¼ P	Maçã (97,5g) = 12,5 mg
	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
Jantar		<u>Arroz Integral Salada de Beterraba Cozida</u>		<u>Arroz Integral com Molho Vermelho Salada de Alface com Agrião</u>		<u>Arroz Integral com Brócolis Salada de Cenoura Ralada</u>		<u>Arroz Colorido Salada de Alface Salada de Tomate</u>		<u>Purê de Aipim ao Molho Vermelho Salada de Repolho Verde</u>
	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	1 P	Arroz Integral 3 CS (60g) = 50 mg	1 P	Aipim cozido 2 pedaços médios (200g) = 50 mg
	½ P	Beterraba Cozida 2CSch (40 g) = 25mg	PL	Alface	1 P	Brócolis 1 ½ CSch (15g) = 25mg	1/8 P	Cenoura ½ C sopa (12,5g) = 6,25mg	PL	Repolho Verde
			PL	Agrião	½ P	Cenoura 2CSch (50gr) = 25mg	PL	Cheiro Verde da Horta		
							½ P	Tomate ½ und. pequena (50g) = 25mg		
Total de Fenilalanina		303,4mg		186,0mg		302,5mg		300,55mg		254,0mg

* 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 AMANDOS FINDER
Cardápio contendo até de 300mg de Fenilalanina/dia no período de aula
Referente ao Período: 27/11/2017 à 01/12/2017 (2ª 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>Pão com doce de fruta</u> <u>Laranja</u>		<u>Banana Picada com</u> <u>Canela</u>		<u>Pão com doce de fruta</u> <u>Maçã</u>		<u>Biscoito</u> <u>Suco de Laranja</u>
	1P	Biscoito trazido de casa = 50mg	1 P	Pão trazido de casa =50mg	1 P	Banana 2 unidades (80g) = 50mg	1 P	Pão trazido de casa =50mg	1P	Biscoito trazido de casa = 50mg
	½ P	Laranja 1/2 unidade (45g) para suco = 25mg	-	Doce de fruta (20g) = 11mg	PL	Canela em pó	-	Doce de fruta (20g) = 11mg	¼ P	Abacaxi 1/2 fatia (37,5) para suco = 12,5mg
			½ P	Laranja ½ unidade (45g) =25mg			1/3P	Maçã 1 unidade (130g) = 16,6 mg		
Almoço		<u>Arroz Integral</u> <u>Repolho Verde</u> <u>Refogado</u> <u>Salada de Abóbora</u> <u>Cozida</u>		<u>Purê de Aipim</u> <u>Salada de Beterraba</u> <u>Cozida</u> <u>Salada de Abobrinha Ralada</u>		<u>Arroz Colorido</u> <u>Saldada de Tomate</u> <u>Salada de Couve-Flor</u> <u>Cozida</u>		<u>Arroz Integral com</u> <u>Açafrão</u> <u>Vagem Refogada</u> <u>Salada de Abobrinha</u> <u>Ralada</u>		<u>Arroz Integral</u> <u>Cenoura Refogado</u> <u>Salada de Alface</u> <u>Salada de Beterraba</u> <u>Ralada</u>
	1P	Arroz Integral 3 CS (60g) = 50 mg	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	1P	Arroz Integral 3 CS (60g) = 50 mg
	PL	Repolho Verde			½ P	Tomate ½ unidade pequena (50gr) = 25mg	PL	Açafrão	½ P	Cenoura 2CSch (40gr) = 25mg
	1P	Abóbora Cozida 2 CSch (72g)=50	½ P	Beterraba Cozida 2CSch (40 g) =25mg	½ P	Couve-Flor ½ ramo médio (30g)=25mg	½ P	Vagem Cozida 2 CSch (40g) = 25mg	PL	Salada de Alface
			½ P	Abobrinha 2 C. de sopa (45g) =25mg			½ P	Abobrinha 2 C. de sopa (45g) =25mg	½ P	Beterraba Cozida 2CSch (40 g) =25mg

Lanche da Tarde		<u>Frutas Picadas (Maçã, Melão e Laranja)</u>		<u>Sagu de Abacaxi</u>		<u>Goiaba</u>		<u>Salada de Frutas (Banana, Laranja e Maçã)</u>		<u>Sagu de Suco de Uva</u>
	½ P	Melão 1 Fatia Média (90g) =25mg	PL	Sagu 3 CS (90g)	1P	Goiaba 1 unidade pequena (120g) =50mg	½ P	Banana 1 unidade (45g)=25mg	PL	Sagu 3 CS (90g)
	¼ P	Maçã (97,5g) = 12,5 mg	½ P	Abacaxi ½ Xicara (90g) =32,6mg			¼ P	Maçã (97,5g) = 12,5 mg	PL	Açúcar
	¼ P	Laranja 1/3 unidade (30g) =17 mg	PL	Açúcar			¼ P	Laranja 1/3 unidade (30g) =17 mg		
Jantar		<u>Arroz Integral Salada de Cenoura com Chuchu Cozidos</u>		<u>Arroz Integral Salada de Cenoura</u>		<u>Aipim Cozido Beterraba Cozida</u>		<u>Arroz Integral Salada de Tomate</u>		<u>Arroz Integral Salada de Chuchu Cozido</u>
	1P	Arroz Integral 3 CS (60g) = 50 mg	1 P	Arroz Integral 3 CS (60g) = 50 mg	1 P	Aipim cozido 2 pedaços médios (200g) = 50 mg	1 P	Arroz Integral 3 CS (60g) = 50 mg	1P	Arroz Integral 3 CS (60g) = 50 mg
	1/6P	Chuchu 1 CS (20g)= 8,3mg	½ P	Cenoura 2CSch (40gr) = 25mg	½ P	Beterraba Cozida 2CSch (40 g) =25mg	½ P	Tomate ½ unidade pequena (50gr) = 25mg	PL	Chuchu 1 CS (20g)= 8,3mg
	1/4P	Cenoura 1C sopa (25g) =12,5mg								
Total de Fenilalanina		<u>300,3mg</u>		<u>293,6mg</u>		<u>275,0mg</u>		<u>296,10mg</u>		<u>220,80mg</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 AMANDOS FINDER
Cardápio contendo até de 300mg de Fenilalanina/dia no período de aula
Referente ao Período: 04/12/2017 à 08/12/2017 (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>Frutas Picadas</u> <u>(banana e laranja)</u>		<u>Pão com doce de fruta</u> <u>Banana</u>		<u>Banana Picada com</u> <u>Canela</u>		<u>Pão com doce de fruta</u> <u>Goiaba</u>
	1 P	Biscoito trazido de casa = 50mg	½ P	Banana Branca 1 unidade (40g) = 25 mg	1 P	Pão trazido de casa = 50mg	1/3 P	Maçã 1 unidade (130g) = 50mg	1 P	Pão trazido de casa = 50mg
	½ P	Laranja (1/2 unidade) para suco = 25mg	½ P	Laranja 1/2 unidade (45g) para suco = 25mg	-	Doce de fruta (20g) = 11mg	PL	Canela em pó	-	Doce de fruta (20g) = 11mg
					½ P	Banana 1 unidade pequena (80g) = 25mg			½ P	Goiaba ½ unidade pequena (60g) = 25mg
Almoço		<u>Purê de Abóbora com</u> <u>Tempero Verde da Horta</u> <u>Salada de Repolho Verde</u> <u>Salada de Beterraba Cozida</u>		<u>Aipim Cozido ao Molho Vermelho</u> <u>Salada de Couve Flor Cozida</u> <u>Salada de Alface com Agrião</u>		<u>Arroz Integral</u> <u>Repolho Refogado</u> <u>Salada de Tomate</u>		<u>Arroz Integral ao Molho Vermelho</u> <u>Salada de Beterraba Cozida</u> <u>Salada de Alface</u>		<u>Purê de Aipim com Brócolis</u> <u>Salada de Cenoura Cozida</u> <u>Salada de Tomate</u>
	1 P	Abóbora 2CSch (72g) = 50 mg	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	1 P	Aipim cozido 2 pedaços médios (200g) = 50 mg
	PL	Tempero Verde da Horta	½ P	Couve-Flor ½ ramo médio (30g) = 25mg	½ P	Tomate ½ und. pequena (50g) = 25mg	½ P	Beterraba Ralada 2CSch (40 g) = 25mg	½ P	Brócolis Cozido 1 ½ CSch (15g) = 25 mg
	PL	Repolho Roxo					PL	Alface	½ P	Cenoura Cozida 2 CS (50g) = 25mg
	½ P	Beterraba Cozida 2CSch (40 g) = 25mg	PL	Alface					½ P	Tomate ½ und. pequena (50g) = 25mg
			PL	Agrião						

Nutricionistas

Lanche da tarde	½ P	Melão Melão - 1 fatia (90g) = 25mg	1 P	Biscoito Suco de Laranja Goiaba Biscoito trazido de casa = 50mg	¼ P	Salada de Frutas (Banana, Maçã, Melão, Laranja) Banana Branca 1/2 unidade (20g) = 12 mg	1 P	Pão com doce de fruta Abacaxi Pão trazido de casa = 50mg	½ P	Banana Picada com Canela Banana Branca 1 unidades média (40g) = 25mg
			½ P	Laranja (1/2 unidade) para suco = 25mg	¼ P	Maçã (97,5g) = 12,5 mg	-	Doce de fruta (20g) = 11mg	-	Canela em Pó
			½ P	Goiaba ½ unidade (60g) = 25g	¼ P	Laranja 1/3 unidade (30g) = 17 mg	½ P	Abacaxi 1 fatia (75g) = 25mg		
Jantar	1 P	Arroz Integral Salada de Chuchu Arroz Integral 3 CS (60g) = 50 mg	1 P	Arroz Integral Salada de Beterraba Ralada Arroz Integral 3 CS (60g) = 50 mg	1P	Purê de Batata com Cheiro Verde Salada de Couve Flor Cozida Batata Inglesa ½ unidade (70g) = 50mg	1P	Arroz Integral com Brócolis Salada de Tomate Arroz Integral 3 CS (60g) = 50 mg	1P	Arroz Integral Salada de Vagem Cozida Arroz Integral 3 CS (60g) = 50 mg
	½ P	Chuchu 3 CS (60g) = 25mg	½ P	Beterraba Ralada 2CSch (40 g) = 25mg	½ P	Couve-Flor ½ ramo médio (30g) = 25mg	½ P	Brócolis Cozido 1 ½ CSch (15g) = 25 mg	½ P	Vagem 2CSch (40g) = 25mg
							½ P	Tomate ½ unidade pequena (50gr) = 25mg		
Total de Fenilalanina		250.0mg		300mg		290mg		311mg		311.mg

* 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 AMANDOS FINDER

Cardápio contendo até de 300mg de Fenilalanina/dia no período de aula

Referente ao Período: 11/12/2017 à 15/12/2017 (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>Pão com doce de fruta</u>		<u>Banana Picada com Canela</u>		<u>Pão com doce de fruta</u> <u>Melão</u>		<u>Pão com doce de fruta</u>
	1 P	Biscoito trazido de casa = 50mg	1 P	Pão trazido de casa = 50mg	1 P	Banana 2 unidades (80g) = 50 mg	1 P	Pão trazido de casa = 50mg	1 P	Pão trazido de casa = 50mg
	½ P	Laranja (1/2 unidade) para suco = 25mg	-	Doce de fruta (20g) = 11mg	PL	Canela	-	Doce de fruta (20g) = 11mg	-	Doce de fruta (20g) = 11mg
							½ P	Melão 1 fatia (90g) = 25mg		
Almoço		<u>Batata Salsa Cozida</u> <u>Salada de Repolho Verde</u> <u>Salada de Cenoura Cozida</u>		<u>Arroz Integral</u> <u>Salada de Chuchu</u> <u>Cozido</u> <u>Salada de Beterraba Cozida</u>		<u>Arroz Integral com Açafrão</u> <u>Salada de Cenoura Ralada</u> <u>Salada de Tomate</u>		<u>Arroz Integral</u> <u>Abóbora Refogada</u> <u>Beterraba Ralada</u> <u>Salada de Repolho Verde</u>		<u>Arroz Integral com Espinafre Picadinho</u> <u>Salada de Abobrinha Ralada</u> <u>Salada de Cenoura Cozida</u>
	1 P	Batata Salsa 1 ½ unidade(120g) = 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	1 P	Arroz Integral 3 CS (60g) = 50 mg
	PL	Repolho Verde	½ P	Chuchu 3 CS (60g)= 25mg	PL	Açafrão	½ P	Abóbora 1CSch (36g) = 25 mg	PL	Espinafre
	½ P	Cenoura 2CSch (50gr) = 25mg	½ P	Beterraba Cozida 2CSch (40 g) = 25mg	1/4P	Cenoura 2CSch (24gr) = 16,6mg	½ P	Beterraba Ralada 2CSch (40 g) = 25mg	1/4 P	Cenoura Cozida 1 CSch (25g)= 12,5
					½ P	Tomate ½ unidade pequena (50gr) = 25mg	PL	Repolho Verde	1/4 P	Abobrinha 1 CSch (22,5g) = 12,5mg

Lanche da tarde	1/3 P -	Maçã Picada com Canela Maçã 1 unidade (130g) = 16,6 mg Canela em Pó	1/4 P 1/4 P 1/4 P 1/2 P	Salada de Frutas (Banana, Maçã, Goiaba, Laranja) Banana Branca 1/2 unidade (20g) = 12 mg Maçã (97,5g) = 12,5 mg Laranja 1/3 unidade (30g) = 17 mg Goiaba 1/2 unidade (60g) = 25mg	1 P -	Pão com doce de fruta Pão trazido de casa = 50mg Doce de fruta (20g) = 11mg	1 P 1/2 P	Biscoito Suco de Laranja Biscoito trazido de casa = 50mg Laranja (1/2 unidade) para suco = 25mg	1 P 1/2 P	Biscoito Suco de Laranja Biscoito trazido de casa = 50mg Laranja (1/2 unidade) para suco = 25mg
Jantar	1P PL 1/2 P 1/2 P	Arroz com Tempero Verde da Horta Salada de Abóbora Arroz Integral 3 CS (60g) = 50 mg Tempero Verde da Horta Chuchu 3 CS (60g) = 25mg Abóbora 1CSch (36g) = 25 mg	1 P 1/2 P	Arroz Integral Salada de Beterraba Arroz Integral 3 CS (60g) = 50 mg Beterraba Cozida 2CSch (40 g) = 25mg	1P PL PL	Arroz Integral Salada de Agrião com Alface Arroz Integral 3 CS (60g) = 50 mg Agrião Alface	1P 1/2 P	Aipim Cozido Salada de Couve-Flor Aipim cozido 2 pedaços médios (200g) = 50 mg Couve-Flor 1/2 ramo médio (30g) = 25mg	1P PL 1/2 P	Arroz Integral com Açafrão Salada de Beterraba Cozida Arroz Integral 3 CS (60g) = 50 mg Açafrão Beterraba Cozida 2CSch (40 g) = 25mg
Total de Fenilalanina		266,6mg		302,5mg		252,60mg		336,0mg		286,0mg

* 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!