

CENTRO DE EDUCAÇÃO INFANTIL - JOINVILLE/SC
CARDÁPIO CEI PARCIAL – TURMAS PARCIAIS DE 1 à 3 anos, 11 meses e 30 dias
Período: 20/11 à 15/12/2017

FENILCETONÚRIA (Cardápio contendo até 200mg de fenilalanina/dia no período letivo)

1.ª Semana (20/11 à 24/11)

REFEIÇÃO	DIAS DA SEMANA									
	Segunda-feira		Terça-feira		Quarta-feira		Quinta-feira		Sexta-feira	
Lanche 1		<u>Maçã</u>		<u>Laranja</u>		<u>Banana Branca</u>		<u>Maçã</u>		<u>Laranja e banana picados</u>
	½ P	Maçã 1 ½ unidade média (195g) = 25mg	1 P	Laranja 1 unidade (90g) = 50 mg	½ P	Banana branca 1 unidade (40g) = 25mg	½ P	Maçã 1 ½ unidade média (195g) = 25mg	½ P	Laranja 1/2 unidade (45g) = 25 mg
									½ P	Banana branca 1 unidade (40g) = 25mg
Lanche 2		<u>Arroz Integral com cenoura</u> <u>Salada de Beterraba</u> <u>Salada de Chuchu</u>		<u>Arroz Integral com molho vermelho</u> <u>Salada de Couve-flor</u> <u>Salada de Tomate</u>		<u>Arroz Integral com cheiro verde</u> <u>Salada de Cenoura Cozida</u> <u>Salada de alface</u>		<u>Aipim cozido com molho vermelho</u> <u>Salada de Alface com Agrião</u>		<u>Arroz Integral com acafrão</u> <u>Salada de Couve-flor com Cenoura cozida</u>
	2/3P	Arroz Integral 2 CS (40g) = 33,33 mg	1P	Arroz Integral 3 CS (60g) = 50 mg	1 P	Arroz Integral 3 CS (60g) = 50 mg	1 P	Aipim cozido 2 pedaços médio (200g) = 50 mg	1 P	Arroz Integral 3 CS (60g) = 50 mg
	1/8 P	Cenoura cozida ½ C. De sopa (10g) = 6,25mg	½ P	Tomate ½ unidade (50 g) = 25mg	½ P	Cenoura cozida 2 C. De sopa (50g) = 25 mg	PL	Alface e agrião (livre)	1P	Couve-flor cozida 1 ramo médio (60g) = 50mg
	½ P	Beterraba cozida 2 C. de sopa (40g) = 25mg	1 P	Couve-flor cozida 1 ramo médio (60g) = 50mg	PL	Alface (livre)			½ P	Cenoura cozida 2 C. De sopa (50g) = 25 mg
	1/3 P	Chuchu cozido 2 C. de sopa (40g) = 16,6mg								
Total de Fenilalanina		106,18 mg		175 mg		100 mg		75 mg		175 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 PARCIAL – TURMAS PARCIAIS DE 1 à 3 anos, 11 meses e 30 dias
Período: 20/11 à 15/12/2017

FENILCETONÚRIA (Cardápio contendo até 200mg de fenilalanina/dia no período letivo)

2.ª Semana (27/11 à 01/12)

REFEIÇÃO	DIAS DA SEMANA									
	Segunda-feira		Terça-feira		Quarta-feira		Quinta-feira		Sexta-feira	
Lanche 1		Melão		Melão		Banana e Goiaba picados		Goiaba		Banana picada com canela
	½ P	Melão 1 fatia média (85g) = 25mg	½ P	Melão 1 fatia média (85g) = 25mg	½ P	Banana nanica 1/2 unidade pequena (40g) = 25mg	½ P	Goiaba ½ unidade (60g) = 25 mg	1P	Banana nanica 1 unidade pequena (80g) = 50mg
					¼ P	Goiaba ¼ unid pequena (30g) = 12,5 mg			PL	Canela (livre)
Lanche 2		Arroz Integral com Molho Vermelho Salada de Repolho com Laranja		Arroz Integral com acafrão Salada de Pepino Salada de Beterraba cozida		Arroz Integral com cenoura Salada de Alface com Agrião		Arroz Integral com brócolis Salada de Alface com Tomate		Arroz Integral com acafrão Salada de Brócolis com Couve-flor cozidos
	1 P	Arroz Integral 3 CS (60g) = 50 mg	1 P	Arroz Integral 3 CS (60g) = 50 mg	2/3P	Arroz Integral 2 CS (40g) = 33,33 mg	2/3P	Arroz Integral 2 CS (40g) = 33,33 mg	1 P	Arroz Integral 3 CS (60g) = 50 mg
	PL	Repolho (livre)	1/3 P	Pepino 3 C. De Sopa (54g) = 16,66mg	1/4 P	Cenoura cozida ½ C. De sopa (10g) = 12,5 mg	1/3 P	Brócolis 1 C. De sopa (10g) = 16,66 mg	2/3 P	Brócolis cozido 2 C.de sopa (20g) = 33,33 mg
	¼ P	Laranja ¼ de unid. = 12,5mg	½ P	Beterraba cozida 2 C. de sopa (40g) = 25mg	PL	Alface e agrião (livre)	PL	Alface (livre)	½ P	Couve-flor cozida ½ ramo médio (30g) = 25 mg
							½ P	Tomate ½ unidade (50 g) = 25mg		
Total de Fenilalanina		87,5 mg		116,66 mg		83,33 mg		99,99 mg		158,33 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 PARCIAL – TURMAS PARCIAIS DE 1 à 3 anos, 11 meses e 30 dias
Período: 20/11 à 15/12/2017

FENILCETONÚRIA (Cardápio contendo até 200mg de fenilalanina/dia no período letivo)

3.ª Semana (04/12 à 08/12)

REFEIÇÃO	DIAS DA SEMANA									
	Segunda-feira		Terça-feira		Quarta-feira		Quinta-feira		Sexta-feira	
Lanche 1		Melão		Laranja		Banana Branca		Melão		Goiaba
	½ P	Melão 1 fatia média (85g) = 25mg	1 P	Laranja 1 unidade (90g) = 50 mg	½ P	Banana branca 1 unidade (40g) = 25mg	½ P	Melão 1 fatia média (85g) = 25mg	½ P	Goiaba ½ unidade (60g) = 25 mg
Lanche 2		Arroz Integral com Acafrão Salada de Repolho Salada de Cenoura Cozida		Arroz Integral com molho vermelho Salada de Chuchu com cenoura cozidos		Aipim cozido com molho vermelho Salada de Alface com Tomate		Arroz Integral com Abobrinha Salada de Agrião com Tomate		Arroz Integral com cheiro verde Salada de Chuchu cozido Salada de Beterraba cozida
	1 P	Arroz Integral 3 CS (60g) = 50 mg	1 P	Arroz Integral 3 CS (60g) = 50 mg	1 P	Aipim cozido 2 pedaços médio (200g) = 50 mg	2/3 P	Arroz Integral 2 CS (40g) = 33,33 mg	1 P	Arroz Integral 3 CS (60g) = 50 mg
	PL	Repolho (livre)	¼ P	Cenoura cozida 1 C. De sopa (25g) = 12,5 mg	PL	Alface (livre)	¼ P	Abobrinha cozida 1 C.de sopa (22,5g) = 12,5 mg	½ P	Beterraba cozida 2 C. de sopa (40g) = 25mg
	½ P	Cenoura cozida 2 C. De sopa (50g) = 25 mg	1/3 P	Chuchu cozido 2 C. de sopa (40g) = 16,6mg	½ P	Tomate ½ unidade (50 g) = 25mg	PL	Agrião (livre)	1/3 P	Chuchu cozido 2 C. de sopa (40g) = 16,6mg
Total de Fenilalanina		100 mg		129,1 mg		100 mg		95,83 mg		116,6 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 PARCIAL – TURMAS PARCIAIS DE 1 à 3 anos, 11 meses e 30 dias
Período: 20/11 à 15/12/2017

FENILCETONÚRIA (Cardápio contendo até 200mg de fenilalanina/dia no período letivo)

4.^a Semana (11/12 à 15/12)

REFEIÇÃO	DIAS DA SEMANA									
	Segunda-feira		Terça-feira		Quarta-feira		Quinta-feira		Sexta-feira	
Lanche 1		<u>Laranja</u>		<u>Laranja</u>	½ P	<u>Banana Branca</u>		<u>Maçã</u>		<u>Laranja e banana picados</u>
	1 P	Laranja 1 unidade (90g) = 50 mg	1 P	Laranja 1 unidade (90g) = 50 mg		Banana branca 1 unidade (40g) = 25mg	½ P	Maçã 1 ½ unidade média (195g) = 25mg	½ P	Laranja 1/2 unidade (45g) = 25 mg
									½ P	Banana branca 1 unidade (40g) = 25mg
Lanche 2		<u>Arroz Integral com cheiro verde</u> <u>Salada de Beterraba cozida</u> <u>Salada de Pepino</u>		<u>Aipim cozido com molho vermelho</u> <u>Salada de Cenoura Cozida</u>		<u>Arroz Integral com molho vermelho</u> <u>Salada de Tomate</u> <u>Salada de Brócolis</u>		<u>Arroz Integral com acafrão</u> <u>Salada de Brócolis com Couve-flor</u>		<u>Arroz Integral com molho vermelho</u> <u>Salada de Cenoura Cozida</u>
	1 P	Arroz Integral 3 CS (60g) = 50 mg	1 P	Aipim cozido 2 pedaços médio (200g) = 50 mg	1 P	Arroz Integral 3 CS (60g) = 50 mg	1P	Arroz Integral 3 CS (60g) = 50 mg	1P	Arroz Integral 3 CS (60g) = 50 mg
	½ P	Beterraba cozida 2 C. de sopa (40g) = 25mg	½ P	Cenoura cozida 2 C. De sopa (50g) = 25 mg	½ P	Tomate ½ unidade (50 g) = 25mg	2/3 P	Brócolis cozido 2 C.de sopa (20g) = 33,33 mg	½ P	Cenoura cozida 2C sopa (50g) = 25mg
	1/3 P	Pepino 3 C. De Sopa (54g) = 16,66mg			2/3 P	Brócolis cozido 2 C.de sopa (20g) = 33,33 mg	½ P	Couve-flor cozida ½ ramo médio (30g) = 25 mg		
Total de Fenilalanina		141,66 mg		125 mg		133,33 mg		133,33 mg		125 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!