

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: 05/02/2018 à 09/02/2018 (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>Frutas Picadas</u> <u>(Mamão e Banana)</u> <u>picadas com Canela</u>		<u>Pão com doce de fruta</u>		<u>Biscoito</u> <u>Suco de Laranja</u>		<u>Banana Picada com</u> <u>Canela</u>	
	1P	Biscoito trazido de casa = 50mg	½ P	Mamão ½ Fatia (85g) =25mg	1 P	Pão trazido de casa =50mg	1P	Biscoito trazido de casa = 50mg	1 P	Banana 2 unidades (80g) = 50mg
	½ P	Laranja (1/2 unidade) para suco = 25mg	½ P	Banana 1 unidades (40g) = 25mg	-	Doce de fruta (20g) = 11mg	½ P	Laranja (1/2 unidade) para suco = 25mg	PL	Canela em pó
			PL	Canela em pó						
Almoço	<u>Arroz Integral</u> <u>Salada de Repolho Verde</u> <u>Salada de Beterraba</u> <u>Cozida</u>		<u>Purê de Batata</u> <u>Salada de Pepino</u> <u>Salada de Cenoura</u> <u>Ralada</u>		<u>Arroz integral</u> <u>Salada de Alface com</u> <u>Rúcula</u> <u>Salada de Tomate</u>		<u>Arroz Integral</u> <u>Couve Refogada</u> <u>Salada de Beterraba</u> <u>ralada</u> <u>Salada de Cenoura</u> <u>Cozida</u>		<u>Purê de Batata Doce</u> <u>Salada de Vagem</u> <u>Salada de Tomate</u>	
	1 P	Arroz Integral 3 CS (60g) = 50 mg	1 P	Batata Inglesa ½ unidade média (70)=50 mg	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
	PL	Repolho (livre)	¼ P	Pepino 2CSch (36 g) =12,5mg	PL	Alface	PL	Couve	½ P	Vagem cozida 2 CSch (40g) = 25mg
	½ P	Beterraba Cozida 2CSch (40 g) =25mg	½ P	Cenoura 2CSch (50gr)=25mg	P L	Rúcula	½ P	Beterraba Crua 2CSch (40 g) =25mg	½ P	Tomate ½ und. pequena (50g) = 25mg
					½ P	Tomate ½ und. pequena (50g) = 25mg	½ P	Cenoura Cozida 2CSch (50gr) = 25mg		

Lanche da tarde		<u>Frutas Picadas (Melão, Laranja, Maçã) com canela</u>		<u>Salada de Frutas (Banana, Manga, Laranja)</u>		<u>Banana Picada com Canela</u>		<u>Pão com doce de fruta</u>		<u>Salada de Frutas (Banana, Laranja e Maçã)</u>
	½ P	Melão 1 fatia (90g) = 25mg	¼ P	Banana Branca 1/2 unidade (20g) = 12 mg	I P	Banana 2 unidades (80g) = 50mg	1 P	Pão trazido de casa = 50mg	¼ P	Banana Branca 1/2 unidade (20g) = 12 mg
	½ P	Laranja ½ unidade (45g) = 25mg	¼ P	Manga ¼ Unidade (35g) = 12,5mg	PL	Canela em pó	-	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 Pepino</u>		<u>Arroz Integral com Molho Vermelho Salada de Brócolis</u>		<u>Arroz Integral Salada de Couve-Flor</u>		<u>Arroz Colorido Salada de Pepino</u>		<u>Arroz Integral com Açafrão Salada de Repolho Verde</u>
	I P	Arroz Integral 3 CS (60g) = 50 mg	I P	Arroz Integral 3 CS (60g) = 50 mg	IP	Arroz Integral 3 CS (60g) = 50 mg	1 P	Arroz Integral 3 CS (60g) = 50 mg	I P	Arroz Integral 3 CS (60g) = 50 mg
	¼ P	Pepino 2CSch (36 g) = 12,5mg	IP	Brócolis 3 CSch (30g) = 50mg	I P	Couve Flor 1 ramo (60g) = 50mg	1/8 P	Cenoura ½ C sopa (12,5g) = 6,25mg	PL	Açafrão
							PL	Cheiro Verde da Horta	PL	Repolho Verde
							¼ P	Pepino 2CSch (36 g) = 12,5mg		
Total de Fenilalanina		<u>275mg</u>		<u>279mg</u>		<u>286mg</u>		<u>304,75mg</u>		<u>241,50mg</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: 12/02/2018 à 16/02/2018 (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> 1P Biscoito trazido de casa = 50mg ½ P Laranja (1/2 unidade) para suco = 25mg	<u>Pão com doce de fruta</u> <u>Pêra</u> 1 P Pão trazido de casa =50mg - Doce de fruta (20g) = 11mg ¼ P Pêra ½ unidade média (55g) = 12,5 mg	<u>Salada de Frutas</u> <u>(Banana, Macã, Laranja)</u> ¼ P Banana Branca 1/2 unidade (20g) =12 mg ¼ P Macã (97,5g) = 12,5 mg ¼ P Laranja 1/3 unidade (30g) =17 mg	
Almoço	FERIADO DE CARNAVAL	FERIADO DE CARNAVAL	<u>Purê de Batata</u> <u>Saldada de Beterraba</u> <u>Cozida</u> <u>Salada de Pepino</u> 1 P Batata Inglesa ½ unidade média (70)=50 mg ½ P Beterraba Cozida 2CSch (40 g)=25mg ¼ P Pepino 2CSch (36 g) =12,5mg	<u>Arroz Integral com Brócolis</u> <u>Couve Refogada</u> <u>Salada de Tomate</u> <u>Salada de Beterraba</u> <u>Cozida</u> 1 P Arroz Integral 3 CS (60g) = 50 mg ½ P Brócolis Cozido 1 ½ CSch (15g) = 25 mg ¼ P Tomate ¼ und. pequena (25g) = 12,5mg ½ P Beterraba Cozida 2CSch (40 g)=25mg	<u>Arroz Integral</u> <u>Berinjela Refogada</u> <u>Salada de Alface com Agrião</u> <u>Salada de Cenoura Ralada</u> 1P Arroz Integral 3 CS (60g) = 50 mg ½ P Berinjela 2 CSch (50g)=25mg PL Alface PL Agrião ½ P Cenoura 2CSch (40gr) = 25mg	

Nutricionistas

Lanche da Tarde					<u>Sagu de Suco de Uva Laranja</u> PL Sagu 3 CS (90g) PL Açúcar ½ P Laranja ½ unidade (45g) = 25 mg	1 P	<u>Melancia</u> Melancia 1 fatia (100g) = 50mg	1/3 P PL	<u>Banana Picada com Canela</u> Maçã 1 unidade (130g) = 50mg Canela em pó
Jantar	FERIADO DE CARNAVAL	FERIADO DE CARNAVAL			<u>Arroz Integral Salada de Cenoura Cozida</u> 1 P Arroz Integral 3 CS (60g) = 50 mg ½ P Cenoura 2CSch (40gr) = 25mg	1 P PL ¼ P	<u>Purê de Batata com Cheiro Verde da Horta Vagem Cozida</u> Batata Inglesa ½ unidade média (70)=50 mg Cheiro Verde da Horta Vagem cozida 1 CSch (20g) = 12,5mg	1P 1P	<u>Arroz Integral Salada de Brócolis</u> Arroz Integral 3 CS (60g) = 50 mg Brócolis 3 CSch (30g) = 50mg
Total de Fenilalanina					<u>262.50mg</u>		<u>298.50mg</u>		<u>291.50mg</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: 19/02/2018 à 23/02/2018 (3ª Semana)

REFEIÇÃO	DIAS DA SEMANA									
	Segunda-feira		Terça-feira		Quarta-feira		Quinta-feira		Sexta-feira	
Café da Manhã	Biscoito Suco de Laranja		Banana Picada com Canela		Maçã		Pão com doce de fruta		Pão com doce de fruta Goiaba	
	1 P	Biscoito trazido de casa = 50mg	1P	Maçã 1 unidade (130g) = 50mg	½ P	Maçã 1 ½ Unidade média (292,5g)=37,5mg	1 P	Pão trazido de casa =50mg	1 P	Pão trazido de casa =50mg
	½ P	Laranja (1/2 unidade) para suco = 25mg	PL	Canela em pó			-	Doce de fruta (20g) = 11mg	-	Doce de fruta (20g) = 11mg
Almoço	Arroz Integral Salada de Beterraba Ralada Salada de Pepino		Arroz Integral Berinjela Refogada Salada de Tomate Salada de Brócolis		Arroz Integral Couve Refogada Salada de Alface Salada de Cenoura Cozida		Arroz Integral com Salsa Salada de Acelga Salada de Abóbora Cozida		Arroz Integral Abobrinha Refogada Salada de Vagem Cozida Salada de Beterraba Ralada	
	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	Arroz Integral 3 CS (60g) = 50 mg
	½ P	Beterraba Ralada 2CSch (40 g) =25mg	½ P	Berinjela 2 CSch (50g)=25mg	PL	Couve Refogada (Livre)	PL	Salsa	½ P	Abobrinha 2 CSch (45g) = 25 mg
	¼ P	Pepino 2CSch (36 g) =12,5mg	½ P	Tomate ½ und. pequena (50g) = 25mg	PL	Alface	PL	Acelga	½ P	Vagem Cozida 2 CSch (40g)= 25mg
		½ P	Brócolis 1 ½ CSch (15g)=25mg	½ P	Cenoura 2CSch (50gr) = 25mg	1P	Abóbora Cozida 2CSch (72 g) =50mg	½ P	Beterraba Ralada 2CSch (40 g) =25mg	

Lanche da tarde	1/2 P	<u>Maçã Picada com Canela</u> Maçã 1 1/2 Unidade média (292,5g)=37,5mg Canela em Pó	1 P	<u>Pão com doce de fruta</u> Pão trazido de casa =50mg Doce de fruta (20g) = 11mg	1 P	<u>Melancia</u> Melancia 1 fatia (100g) =50mg	1/4 P	<u>Salada de Frutas (Banana, Manga, Laranja, Maçã)</u> Banana Branca 1/2 unidade (20g) =12 mg Manga 1/4 Unidade (35g)=12,5mg Laranja 1/3 unidade (30g) =17 mg Maçã (97,5g) = 12,5mg	1/2 P	<u>Banana Picada com Canela</u> Banana Branca 1 unidades média (40g) = 25mg Canela em Pó
Jantar	1 P PL	<u>Arroz Integral ao Molho de Tomate Salada de Repolho</u> Arroz Integral 3 CS (60g) = 50 mg Repolho	1 P PL	<u>Purê de Aipim Acelga Refogada</u> Aipim cozido 2 pedaços médios (200g) = 50 mg Acelga	1/2 P 1/2 P	<u>Arroz Integral Aipim Cozido ao Molho de Tomate Salada de Tomate</u> Arroz Integral 1 1/2 CS (30g) = 25 mg Aipim cozido 1 pedaço médio (100g) = 25 mg Tomate 1/2 unidade pequena (50gr) = 25mg	IP PL PL	<u>Arroz Integral Salada de Alface com Rúcula</u> Arroz Integral 3 CS (60g) = 50 mg Alface Rúcula	1P 1/2 P 1/4 P	<u>Purê de Aipim Berinjela Refogada Salada de Pepino</u> Aipim cozido 2 pedaços médios (200g) = 50 mg Berinjela 2 CSch (50g)=25mg Pepino 2CSch (36 g) =12,5mg
Total de Fenilalanina		<u>250,0mg</u>		<u>286mg</u>		<u>237,5mg</u>		<u>265mg</u>		<u>298,5mg</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!

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: 26/02/2018 à 02/03/2018 (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>Mamão</u>		<u>Salada de Frutas (Banana, Abacaxi, Laranja, Maçã)</u>		<u>Pão com doce de fruta</u>		<u>Biscoito</u> <u>Suco de Laranja</u>
	1 P	Biscoito trazido de casa = 50mg	1 P	Mamão 1 fatia (170g) = 50mg	¼ P	Banana Branca 1/2 unidade (20g) = 12 mg	1 P	Pão trazido de casa = 50mg	1 P	Biscoito trazido de casa = 50mg
	½ P	Laranja (1/2 unidade) para suco = 25mg			¼ P	Abacaxi ½ Fatia (37,5g) = 12,5mg	-	Doce de fruta (20g) = 11mg	½ P	Laranja (1/2 unidade) para suco = 25mg
					¼ P	Laranja 1/3 unidade (30g) = 17 mg				
					¼ P	Maçã (97,5g) = 12,5mg				
Almoço		<u>Arroz Integral ao Sugo</u> <u>Salada de Beterraba</u> <u>Ralada</u> <u>Salada de Pepino</u>		<u>Purê de Batata</u> <u>Acelga Refogada</u> <u>Salada de Cenoura</u> <u>Cozida</u>		<u>Arroz Integral com</u> <u>Açafrão</u> <u>Couve Refogada</u> <u>Salada de</u> <u>Beterraba Cozida</u>		<u>Batata Doce Cozida</u> <u>Salada de Alface com</u> <u>Rúcula</u> <u>Salada de Abóbora</u> <u>Cozida</u>		<u>Purê de Aipim</u> <u>Salada de Abobrinha</u> <u>Salada de Cenoura</u> <u>Cozida</u>
	1 P	Arroz Integral 3 CS (60g) = 50 mg	1 P	Batata Inglesa ½ unidade média (70)=50mg	1 P	Arroz Integral 3 CS (60g) = 50 mg	1 P	Batata Doce 1 unidade pequena (177,5g) = 50mg	1 P	Aipim cozido 2 pedaços médios (200g) = 50 mg
	½ P	Beterraba Ralada 2CSch (40 g) = 25mg	PL	Acelga	PL	Açafrão	PL	Alface	½ P	Abobrinha 2 CSch (45g) = 25 mg
	¼ P	Pepino 2CSch (36 g) = 12,5mg	½ P	Beterraba Cozida 2CSch (40 g) = 25mg	PL	Couve	PL	Rúcula	½ P	Cenoura 2CSch (50gr) = 25mg
					½ P	Beterraba Cozida 2CSch (40 g) = 25mg	½ P	Abóbora 1CSch (36g) = 25 mg		

Lanche da tarde	PL	Sagu de Abacaxi Sagu		Salada de Frutas (Banana, Maçã, Goiaba, Laranja) 1 P	Melancia Melancia 1 fatia (100g) =50mg		Frutas Picadas (Mamão, Maçã e Banana) com Canela 1/2 P	Banana Picada com Canela Banana Branca 1 unidades média (40g) = 25mg		
	PL	Açúcar	1/4 P	Banana Branca 1/2 unidade (20g) =12 mg		1/4 P	Banana Branca 1/2 unidade (20g) =12 mg			
	1/2 P	Abacaxi 1/2 Xícara (90g) =32,6mg	1/4 P	Maçã (97,5g) = 12,5mg		1/2 P	Mamão 1/2 fatia (85g) =25mg	-	Canela em Pó	
			1/4 P	Laranja 1/3 unidade (30g) =17 mg		1/4 P	Maçã (97,5g) = 12,5 mg			
			1/2 P	Goiaba 1/2 unidade (60g)=25mg		-	Canela em Pó			
Jantar	IP	Arroz com Tempero Verde da Horta Salada de Tomate Arroz Integral 3 CS (60g) = 50 mg	1 P	Arroz Integral Salada de Beterraba Arroz Integral 3 CS (60g) = 50 mg	IP	Arroz Integral Berinjela Cozida Arroz Integral 3 CS (60g) = 50 mg	IP	Arroz Integral ao Molho Vermelho Salada de Beterraba Cozida Arroz Integral 3 CS (60g) = 50 mg	IP	Arroz Integral com Açafrão Salada de Tomate Arroz Integral 3 CS (60g) = 50 mg
	PL	Tempero Verde da Horta	1/2 P	Beterraba Cozida 2CSch (40 g) =25mg	1/2 P	Berinjela 2 CSch (50g)=25mg	1/2 P	Beterraba Cozida 2CSch (40 g) =25mg	PL	Açafrão
	1/2 P	Tomate 1/2 unidade pequena (50gr) = 25mg							1/2 P	Tomate 1/2 unidade pequena (50gr) = 25mg
Total de Fenilalanina		270,1mg		266,5mg		254mg		260,5mg		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!