

CENTRO DE EDUCAÇÃO INFANTIL - JOINVILLE/SC
CARDÁPIO CEI INTEGRAL – APLV E ALERGIA AO OVO
Referente ao período: 05/03 à 09/03 (5ª Semana)

REFEIÇÃO	DIAS DA SEMANA				
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	FERIADO
Café da manhã	Biscoito salgado integral <u>SUCO DE UVA</u> Maçã	<u>SALADA DE FRUTAS</u> (<u>ABACAXI, MAÇÃ E</u> <u>LARANJA</u>) <u>BISCOITO DOCE</u> <u>INTEGRAL</u>	Pão fatiado integral (pronto) com <u>DOCE DE</u> <u>FRUTA</u> Suco de uva Mamão	<u>BISCOITO SALGADO</u> <u>INTEGRAL</u> <u>SUCO DE UVA</u> Melancia	
Almoço	<u>PEIXE ENSOPADO OU</u> <u>ISCAS BOVINAS AO</u> <u>MOLHO</u> Arroz integral colorido Feijão Abóbora refogada Salada de acelga Salada de beterraba cozida Verduras da horta	<u>PEIXE ASSADO</u> Arroz integral Feijão Batata sauté Salada de abobrinha cozida Salada de cenoura cozida Verduras da horta	Isclas bovinas ensopadas Feijão Aipim cozido Salada de vagem cozida Salada de beterraba ralada Verduras da horta	Isclas bovinas refogadas Feijão Purê de inhame <u>FEITO</u> <u>SEM LEITE</u> Salada de repolho verde Salada de tomate Verduras da horta	
Lanche da tarde	<u>FRUTAS PICADAS</u> (<u>LARANJA E MELÃO</u>) <u>BISCOITO SALGADO</u> <u>INTEGRAL</u>	Biscoito salgado integral <u>SUCO DE LARANA</u> Pêra	Salada de frutas (banana, mamão, laranja e pêra) salpicadas com canela Biscoito doce integral	Pão fatiado integral (pronto) com patê de sardinha Suco de uva Banana	
Jantar	Carreteiro Salada de pepino	<u>ISCAS BOVINAS AO</u> <u>MOLHO</u> <u>ARROZ INTEGRAL</u> Salada de tomate	<u>ISCAS BOVINAS AO</u> <u>MOLHO</u> <u>ARROZ COM</u> <u>BRÓCOLIS</u> Salada de alface com rúcula	Vaca atolada Salada de cenoura ralada	

Lembre-se : Não deve ser utilizado liquidificador para o preparo de bolos, sucos , tortas e patês.



CENTRO DE EDUCAÇÃO INFANTIL - JOINVILLE/SC
CARDÁPIO CEI INTEGRAL – APLV E ALERGIA AO OVO
 Referente ao período: 12/03 à 16/03 (6ª Semana)

REFEIÇÃO	DIAS DA SEMANA				
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Café da manhã	Biscoito salgado integral <u>SUCO DE UVA</u> Laranja	<u>CREME FEITO COM BANANA AMASSADINHA E ACHOCOLATADO</u>	Salada de frutas (mamão, banana, manga, maçã) salpicada com canela Biscoito salgado integral	Biscoito doce integral <u>SUCO DE LARANJA</u> Banana Branca	<u>SALADA DE FRUTAS (MAMÃO, LARANJA, PÊRA E BANANA)</u>
Almoço	Iscas bovinas com legumes Feijão <u>ARROZ COZIDO</u> Salada de beterraba ralada Salada de pepino Verduras da horta	<u>SARDINHA ENSOPADA</u> Arroz integral Feijão Cenoura refogada Salada de repolho verde e roxo Salada de tomate Verduras da horta	Iscas bovinas ao molho Arroz integral Feijão Couve refogada Salada de abobrinha Salada de brócolis cozida Verduras da horta	<u>SARDINHA ENSOPADA</u> Arroz integral Feijão Acelga refogada Salada de beterraba cozida Salada de tomate Verduras da horta	Iscas ao molho Feijão Aipim cozido Salada de cenoura Salada de couve flor cozida Verduras da horta
Lanche da tarde	<u>FRUTAS PICADAS (MELÃO, LARANJA, MACÁ) COM CANELA</u>	Biscoito salgado integral <u>SUCO DE UVA</u> Laranja	<u>BISCOITO DOCE INTEGRAL SUCO DE UVA</u> Goiaba	Pão fatiado integral (pronto) com patê de sardinha Suco de uva Melancia	Biscoito Doce Integral <u>SUCO DE UVA</u> Pêra
Jantar	Peixe Ensopado (Filé de Tilápia) Purê de aipim <u>FEITO SEM LEITE</u> Salada de abóbora	Escondidinho de aipim Salada de agrião com alface	<u>SARDINHA ENSOPADA</u> <u>ARROZ INTEGRAL</u> Salada de cenoura ralada	Carreteiro Salada de abobrinha cozida	<u>ISCAS BOVINAS AO MOLHO</u> <u>ARROZ INTEGRAL</u> Salada de acelga

Lembre-se : Não deve ser utilizado liquidificador para o preparo de bolos, sucos , tortas e patês.

CENTRO DE EDUCAÇÃO INFANTIL - JOINVILLE/SC
CARDÁPIO CEI INTEGRAL – APLV E ALERGIA AO OVO
 Referente ao período: 19/03 à 23/03 (7ª Semana)

REFEIÇÃO	DIAS DA SEMANA				
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Café da manhã	Biscoito doce integral <u>SUCO DE UVA</u> Laranja	Salada de frutas (banana, maçã, laranja, mamão) salpicada com canela	<u>BISCOITO SALGADO INTEGRAL</u> <u>SUCO DE UVA</u> <u>ABACAXI</u>	Biscoito salgado integral <u>SUCO DE LARANJA</u> Melancia	Pão fatiado integral (pronto) com doce de banana <u>SUCO DE UVA</u> Caqui
Almoço	Sardinha com batatas Arroz integral Feijão Abóbora refogada Salada de cenoura ralada Salada de pepino Verduras da horta	Iscas aceboladas Arroz integral Feijão <u>SEM MACARRÃO</u> Salada de alface Salada de beterraba cozida Verduras da horta	Guisado Feijão <u>AIPIM COZIDO</u> Salada de repolho verde Salada de tomate Verduras da horta	<u>SARDINHA ENSOPADA</u> Arroz integral Feijão Couve refogada Salada de cenoura ralada Salada de beterraba cozida Verduras da horta	Carne moída com couve-flor Feijão Aipim ao forno Salada de acelga com laranja Salada de tomate Verduras da horta
Lanche da tarde	<u>FRUTAS PICADAS (MACÃ, LARANJA)</u> <u>BISCOITO SALGADO INTEGRAL COM CANELA</u>	Biscoito salgado integral <u>SUCO DE LARANJA</u> Mamão	Pão fatiado integral (pronto) com <u>PATÊ DE SARDINHA</u> <u>SUCO DE UVA</u> Pêra	<u>SALADA DE FRUTAS (MAMÃO, MACÃ, LARANJA E BANANA)</u> <u>BISCOITO DOCE INTEGRAL</u>	<u>BISCOITO SALGADO INTEGRAL</u> Suco de uva Laranja
Jantar	Vaca atolada Salada de acelga	<u>ARROZ INTEGRAL</u> <u>CARNE MOÍDA AO MOLHO</u> Salada de abobrinha ralada	Escondidinho de aipim Salada verde (alface + rúcula)	<u>ARROZ INTEGRAL</u> <u>CARNE BOVINA COM BRÓCOLIS</u> Salada de abóbora cozida	Carreteiro Salada de pepino

Lembre-se : Não deve ser utilizado liquidificador para o preparo de bolos, sucos , tortas e patês.



CENTRO DE EDUCAÇÃO INFANTIL - JOINVILLE/SC
CARDÁPIO CEI INTEGRAL – APLV E ALERGIA AO OVO
 Referente ao período: 26/03 à 30/03 (8ª Semana)

REFEIÇÃO	DIAS DA SEMANA				
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Café da manhã	Biscoito salgado integral <u>SUCO DE UVA</u> Melão	<u>BISCOITO DOCE INTEGRAL</u> <u>SUCO DE UVA</u> Laranja	Pão fatiado integral (pronto)* com <u>DOCE DE BANANA</u> <u>SUCO DE UVA</u> Melancia	<u>CREME FEITO COM BANANA AMASSADINHA E ACHOCOLATADO</u> <u>BISCOITO DOCE INTEGRAL</u>	FERIADO
Almoço	Iscas bovinas com inhame Feijão Batata doce cozida Salada de pepino Salada de cenoura cozida Verduras da horta	Carne moída com berinjela Feijão <u>ARROZ INTEGRAL</u> Salada de tomate Salada de couve com laranja Verduras da horta	Peixe a escabeche Arroz integral Feijão Aipim ao forno Salada de cenoura cozida Salada de repolho verde e roxo Verduras da horta	<u>ISCAS OU FRANGO AO MOLHO</u> Arroz integral Feijão Abóbora refogada Salada de beterraba ralada Salada de alface Verduras da horta	
Lanche da tarde	<u>FRUTAS PICADAS (ABACAXI, MACÃ)</u> <u>COM CANELA</u> <u>BISCOITO DOCE INTEGRAL</u>	Salada tropical (banana, mamão, laranja, abacaxi) com canela Biscoito salgado integral	Biscoito doce integral <u>SUCO DE LARANJA</u> Banana	<u>PÃO FATIADO INTEGRAL PRONTO</u> <u>COM PATÊ DE SARDINHA</u> Suco de uva Caqui	
Jantar	<u>ARROZ INTEGRAL</u> <u>CARNE MOÍDA</u> <u>ENSOPADA</u> Salada de beterraba cozida	Escondidinho de aipim Salada de acelga	Madalena Salada de couve-flor cozida	<u>ARROZ INTEGRAL</u> <u>CARNE MOÍDA</u> <u>ENSOPADA</u> Salada de vagem cozida	

Lembre-se : Não deve ser utilizado liquidificador para o preparo de bolos, sucos , tortas e patês.

* Guardar fatias para servir no lanche da tarde de quinta-feira