

CENTRO DE EDUCAÇÃO INFANTIL - JOINVILLE/SC
CARDÁPIO CEI INTEGRAL – INTOLERÂNCIA À LACTOSE 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>BANANA E ABACAXI</u> <u>PICADOS COM</u> <u>CANELA</u>	Pão fatiado integral (pronto) com <u>PATÊ DE</u> <u>SARDINHA</u> Suco de uva Mamão	<u>BISCOITO DOCE</u> <u>INTEGRAL</u> <u>SUCO DE UVA</u> Melancia	
Almoço	<u>ISCA OU FRANGO AO</u> <u>MOLHO</u> Arroz integral colorido Feijão Abóbora refogada Salada de acelga Salada de beterraba cozida Verduras da horta	Peixe empanado assado Arroz integral Feijão Batata sauté Salada de abobrinha cozida Salada de cenoura cozida Verduras da horta	Iscas bovinas ensopadas Feijão Aipim cozido Salada de vagem cozida Salada de beterraba ralada Verduras da horta	Iscas 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>BISCOITO DOCE</u> <u>INTEGRAL</u> Suco de uva Melão	Biscoito salgado integral <u>SUCO DE UVA</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>ARROZ INTEGRAL</u> <u>ISCAS AO MOLHO</u> Salada de tomate	<u>ARROZ INTEGRAL</u> <u>ISCAS AO MOLHO</u> Salada de alface e rúcula	Vaca atolada Salada de cenoura ralada	

CENTRO DE EDUCAÇÃO INFANTIL - JOINVILLE/SC
CARDÁPIO CEI INTEGRAL – INTOLERÂNCIA À LACTOSE 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>MAMÃO E MACÃ</u> <u>PICADOS</u> <u>BISCOITO DOCE</u> <u>INTEGRAL</u>	Salada de frutas (mamão, banana, manga, maçã) salpicada com canela Biscoito salgado integral	Biscoito doce integral <u>SUCO DE UVA</u> Banana Branca	<u>BISCOITO SALGADO</u> <u>INTEGRAL</u> Suco de uva Mamão
Almoço	Iscas bovinas com legumes Feijão <u>ARROZ INTEGRAL</u> Salada de beterraba ralada Salada de pepino Verduras da horta	<u>SARDINHA AO MOLHO</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>ISCAS AO MOLHO</u> Arroz Integral Feijão Acelga refogada 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>BISCOITO DOCE</u> <u>INTEGRAL</u> Suco de uva Melão	Biscoito salgado integral <u>SUCO DE UVA</u> Laranja	<u>BISCOITO DOCE</u> <u>INTEGRAL</u> <u>SUCO DE LARANJA</u> Goiaba	Pão fatiado integral (pronto) com patê de sardinha Suco de uva Melancia	Biscoito Doce Integral <u>SUCO DE LARANJA</u> Pêra
Jantar	Peixe ao Molho (Filé de Tilápia) Purê de aipim <u>FEITO</u> <u>SEM LEITE</u> Salada de abóbora	Escondidinho de aipim Salada de agrião com alface	<u>SARDINHA AO MOLHO</u> <u>ARROZ INTEGRAL</u> Salada de cenoura ralada	Carreteiro Salada de abobrinha cozida	<u>ARROZ INTEGRAL</u> <u>ISCAS AO MOLHO</u> Salada de acelga

CENTRO DE EDUCAÇÃO INFANTIL - JOINVILLE/SC
CARDÁPIO CEI INTEGRAL – INTOLERÂNCIA À LACTOSE 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>BANANA E ABACAXI PICADOS</u> <u>BISCOITO DOCE INTEGRAL</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 Feijão Macarrão integral alho e óleo Salada de alface Salada de beterraba cozida Verduras da horta	Guisado Arroz integral Feijão <u>SEM BERINJELA</u> Salada de repolho verde Salada de tomate Verduras da horta	<u>FILÉ DE TILÁPIA AO MOLHO</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>LARANJA E MAÇÃ PICADOS COM CANELA</u> <u>BISCOITO SALGADO INTEGRAL</u>	Biscoito salgado integral <u>SUCO DE UVA</u> Mamão	Pão fatiado integral (pronto)** com <u>PATÊ DE SARDINHA</u> Suco verde Pêra	<u>PÃO FATIADO INTEGRAL (PRONTO) COM PATÊ DE FRANGO</u> <u>SUCO DE UVA</u> Mamão	<u>BISCOITO SALGADO INTEGRAL</u> Suco de uva Laranja
Jantar	Vaca atolada Salada de acelga	<u>CARNE MOÍDA AO MOLHO</u> <u>ARROZ INTEGRAL</u> Salada de abobrinha ralada	Escondidinho de aipim Salada verde (alface + rúcula)	Macarrão integral com brócolis e isca Salada de abóbora cozida	Carreteiro Salada de pepino

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

CENTRO DE EDUCAÇÃO INFANTIL - JOINVILLE/SC
CARDÁPIO CEI INTEGRAL – INTOLERÂNCIA À LACTOSE 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 LARANJA</u> Melancia	<u>BISCOITO DOCE INTEGRAL</u> Suco de uva Banana Branca	FERIADO
Almoço	Isclas 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	Ovos mexidos com cheiro verde Arroz integral Feijão Abóbora refogada Salada de beterraba ralada Salada de alface Verduras da horta	
Lanche da tarde	<u>LARANJA E ABACAXI PICADOS</u> <u>BISCOITO DOCE INTEGRAL</u>	Salada tropical (banana, mamão, laranja, abacaxi) com canela Biscoito salgado integral	Biscoito doce integral <u>SUCO DE UVA</u> Banana	<u>BISCOITO DOCE INTEGRAL</u> Suco de uva Caqui	
Jantar	<u>CARNE MOÍDA AO MOLHO</u> <u>ARROZ INTEGRAL</u> Salada de beterraba cozida	Escondidinho de aipim Salada de acelga	Madalena (<u>SEM LEITE</u>) Salada de couve-flor	<u>CARNE MOÍDA AO MOLHO</u> <u>ARROZ INTEGRAL</u> Salada de vagem cozida	