

CENTRO DE EDUCAÇÃO INFANTIL - JOINVILLE/SC
CARDÁPIO CEI PARCIAL – TURMAS PARCIAIS DE 1 à 3 anos, 11 meses e 30 dias
Período: 05/03 à 09/03/2018

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

5.ª Semana (05/03 à 09/03)

REFEIÇÃO	DIAS DA SEMANA							
	Segunda-feira		Terça-feira		Quarta-feira		Quinta-feira	
Lanche 1	1/2 P	<u>Mamão</u> Mamão 1 fatia média (170g) = 50 mg	1 P	<u>Laranja</u> Laranja 1 unidade (90g) = 50 mg	1/2 P	<u>Melancia</u> Melancia 1 fatia média (100g) = 50mg	1/2 P	<u>Banana Branca</u> Banana branca 1 unidade (40g) = 25mg
Lanche 2	1P PL PL	<u>Arroz Integral com molho vermelho</u> <u>Salada de Repolho Verde com Repolho Roxo</u> Arroz Integral 3 CS (60g) = 50 mg Repolho Roxo (Livre) Repolho Verde (Livre)	2/3P 1/4 P 1/3 P 1/2 P	<u>Arroz Integral com Berinjela</u> <u>Salada de Pepino</u> <u>Salada de Cenoura cozida</u> Arroz Integral 2 CS (40g) = 33,33 mg Berinjela 1 C. De sopa (25g) = 12,5 mg Pepino 3 C. De Sopa (54g) = 16,66mg Cenoura cozida 2 C. de sopa (50g) = 25mg	1 P 1/2 P PL	<u>Arroz Integral com cheiro verde</u> <u>Salada de Alface</u> <u>Salada de Tomate</u> Arroz Integral 3 CS (60g) = 50 mg Tomate 1/2 unidade (50 g) = 25mg Alface (livre)	1 P 2/3 P 1/2 P	<u>Aipim cozido com molho vermelho</u> <u>Salada de Brócolis com Couve-flor cozidos</u> Aipim cozido 2 pedaços médio (200g) = 50 mg Brócolis cozido 2 C.de sopa (20g) = 33,33 mg Couve-flor cozida 1/2 ramo médio (30g) = 25 mg
Total de Fenilalanina		100 mg		137,49 mg		125 mg		133,33 mg

FERIADO

* 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: 05/03 à 09/03/2018

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

6.ª Semana (12/03 à 16/03)

REFEIÇÃO	DIAS DA SEMANA							
	Segunda-feira		Terça-feira		Quarta-feira		Quinta-feira	
Lanche 1	<u>Abacate</u> Abacate 2 colheres de sopa (90g) = 50mg		<u>Banana Branca</u> ½ P Banana branca 1 unidade (40g) = 25mg		<u>Salada tropical</u> ¼ P Banana 1/4 unidade (20g) = 12,5 mg 1/6 P Maçã 1/2 unidade média (65g) = 8,33 mg ¼ P Laranja 1/4 unid. média (22,5g) = 12,5mg ½ P Mamão 1/2 fatia média (85g) = 25mg		<u>Goiaba</u> ½ P Goiaba ½ unidade (60g) = 25 mg	
Lanche 2	<u>Arroz Integral com molho vermelho</u> <u>Salada de Pepino</u> <u>Salada de Beterraba cozida</u> 1 P Arroz Integral 3 CS (60g) = 50 mg 1/8 P Cenoura cozida ½ C. De sopa (10g) = 6,25mg 1/3 P Pepino 3 C. De Sopa (54g) = 16,66mg ½ P Beterraba cozida 2 C. de sopa (40g) = 25mg		<u>Arroz Integral com cheiro verde</u> <u>Salada de Cenoura e Brócolis cozidos</u> 1 P Arroz Integral 3 CS (60g) = 50 mg 1/2 P Cenoura cozida 2 C. De sopa (50g) = 25mg 2/3 P Brócolis cozido 2 C.de sopa (20g) = 33,33 mg		<u>Arroz Integral com cenoura</u> <u>Salada de Couve com Tomate</u> 2/3P Arroz Integral 2 CS (40g) = 33,33 mg 1/4 P Cenoura cozida 1 C. De sopa (25g) = 12,5mg PL Couve (livre) ½ P Tomate ½ unidade (50 g) = 25mg		<u>Aipim cozido com molho vermelho</u> <u>Salada de Alface com Rúcula</u> 1 P Aipim cozido 2 pedaços médio (200g) = 50 mg PL Alface e rúcula (livre)	
Total de Fenilalanina	147,91 mg		133,33 mg		129,16 mg		75 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!

Nutricionistas:



CENTRO DE EDUCAÇÃO INFANTIL - JOINVILLE/SC
CARDÁPIO CEI PARCIAL – TURMAS PARCIAIS DE 1 à 3 anos, 11 meses e 30 dias
Período: 05/03 à 09/03/2018

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

7.ª Semana (19/03 à 23/03)

REFEIÇÃO	DIAS DA SEMANA									
	Segunda-feira		Terça-feira		Quarta-feira		Quinta-feira		Sexta-feira	
Lanche 1		<u>Laranja</u>		<u>Melão</u>		<u>Melancia</u>		<u>Frutas</u>		<u>Banana</u>
1 P	1 P	Laranja 1 unidade (90g) = 50 mg	1 P	Melão 2 fatias média (180g) = 50mg	½ P	Melancia 1 fatia média (100g) = 50mg	¼ P	Banana 1/4 unidade (20g) = 12,5 mg	1P	Banana branca 2 unid médias (80g) = 50mg
							1/4 P	Pêra 1/2 unidade média (55g) = 12,5 mg		
							1/2 P	Goiaba 1/2 unid. pequena (60g) = 25mg		
Lanche 2		<u>Arroz Integral com cenoura</u> <u>Salada de Beterraba</u> <u>Cozida</u> <u>Salada de Repolho</u>		<u>Arroz Integral com Berinjela</u> <u>Salada de Couve com Tomate</u>		<u>Arroz Integral com Brócolis</u> <u>Salada de Agrião com Alface</u>		<u>Aipim cozido com molho vermelho</u> <u>Salada de Brócolis com Couve-flor cozidos</u>		<u>Batata doce assada</u> <u>Salada de Cenoura com Abobrinha cozidos</u>
2/3P	2/3P	Arroz Integral 2 CS (40g) = 33,33 mg	2/3P	Arroz Integral 2 CS (40g) = 33,33 mg	2/3 P	Arroz Integral 2 CS (40g) = 33,33 mg	1 P	Aipim cozido 2 pedaços médio (200g) = 50 mg	1 P	Batata doce 1 unid pequena (177,5g) = 50mg
1/4 P	1/4 P	Cenoura cozida ½ C. De sopa (10g) = 12,5 mg	1/4 P	Berinjela 1 C. De sopa (25g) = 12,5 mg	1/3 P	Brócolis cozido 1 C.de sopa (10g) = 16,66 mg			½ P	Abobrinha cozida 2 C. De sopa (45g) = 25 mg
1 P	1 P	Beterraba cozida 4 C. de sopa (80g) = 50mg	PL	Couve (livre)	PL	Agrião (livre)	2/3 P	Brócolis cozido 2 C.de sopa (20g) = 33,33 mg	½ P	Cenoura cozida 2 C. De sopa (50g) = 25 mg
PL	PL	Repolho (livre)	½ P	Tomate ½ unidade (50 g) = 25mg	PL	Alface (livre)	½ P	Couve-flor cozida ½ ramo médio (30g) = 25 mg		
Total de Fenilalanina		145,83 mg		120,83 mg		99,99 mg		158,33 mg		150 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!

Nutricionistas:



CENTRO DE EDUCAÇÃO INFANTIL - JOINVILLE/SC
CARDÁPIO CEI PARCIAL – TURMAS PARCIAIS DE 1 à 3 anos, 11 meses e 30 dias
Período: 05/03 à 09/03/2018

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

8.ª Semana (26/03 à 30/03)

REFEIÇÃO	DIAS DA SEMANA							
	Segunda-feira		Terça-feira		Quarta-feira		Quinta-feira	
Lanche 1		<u>Pêra</u>		<u>Melancia</u>		<u>Banana e goiaba picados</u>		<u>Banana</u>
	½ P	1 unidade média (110g) = 25 mg	½ P	Melancia 1 fatia média (100g) = 50mg	½ P	Banana 1/2 unidade (40g) = 25 mg	1P	Banana branca 2 unid médias (80g) = 50mg
					½ P	Goiaba 1/2 unid. pequena (60g) = 25mg		
Lanche 2		<u>Arroz Integral com cenoura cozida</u> <u>Salada de Acelga com Laranja</u>		<u>Arroz Integral com Molho vermelho</u> <u>Salada de abóbora 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 Couve-flor com Brócolis cozidos</u>
	2/3P	Arroz Integral 2 CS (40g) = 33,33 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
	1/4 P	Cenoura cozida 1 C. De sopa (25g) = 12,5mg	1 P	Abóbora cozida 2 C. de sopa cheia (72g) = 50mg	½ P	Tomate ½ unidade (50 g) = 25mg	2/3 P	Brócolis cozido 2 C.de sopa (20g) = 33,33 mg
	PL	Acelga (livre)					½ P	Couve-flor cozida ½ ramo médio (30g) = 25 mg
	1/4 P	Laranja ¼ unid (22,5g) = 12,5mg			2/3 P	Brócolis cozido 2 C.de sopa (20g) = 33,33 mg		
Total de Fenilalanina		83,33 mg		150 mg		158,33 mg		158,33 mg

FERIADO

* 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!