

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: 28/05 à 01/06 (17ª Semana)

REFEIÇÃO	DIAS DA SEMANA							
	Segunda-feira		Terça-feira		Quarta-feira		Quinta-feira	
Café da Manhã		<u>Biscoito</u> <u>Suco de laranja</u> <u>Maçã</u>		<u>Frutas Picadas</u> <u>(Banana, Mamão,</u> <u>Laranja e Maçã) com</u> <u>Canela</u>	1 P	<u>Tangerina</u> Tangerina 1 unidade média (135g) = 50mg		
	1P	Biscoito trazido de casa = 50mg						
	½ P	Laranja 1/2 unidade (45g) para suco = 25 mg	¼ P	Banana Branca 1/2 unidade (20g) = 12 mg				
	1/3P	Maçã 1 unidade (130g) = 17mg	½ P	Mamão ½ fatia (85g) = 25mg				
Almoço		<u>Arroz Colorido</u> <u>Acelga Refogada</u> <u>Salada de Abóbora</u> <u>Cozida</u>		<u>Inhame Cozido</u> <u>Salada Verde (Alface e</u> <u>Rúcula)</u> <u>Salada de Beterraba</u> <u>Cozida</u>		<u>Purê Misto de Batata</u> <u>Doce e Batata Inglesa</u> <u>Berinjela Refogada</u> <u>Salada de Brócolis</u> <u>Cozida</u> <u>Salada de Cenoura</u> <u>Ralada</u>		
	1P	Arroz Integral 3 CS (60g) = 50 mg	1 P	Inhame (60g) = 50mg				
	1/8P	Cenoura ½ C sopa (12,5g) = 6,25mg	PL	Alface (Livre)	½ P	Batata Inglesa porção (35g) = 25mg		
	PL	Cheiro Verde da Horta	PL	Rúcula (Livre)	½ P	Batata Doce 1 unidade pequena (89g) = 25mg		
	PL	Acelga (Livre)	½ P	Beterraba cozida 2CSch (40 g) = 25mg	¼ P	Berinjela 1 CSch (25g) = 12,5mg		
	½ P	Abóbora Cozida 1CSch (36 g) = 25mg			1/3 P	Brócolis Cozido 1 CSch (10g) = 17 mg		
						Cenoura 1CSch (25gr) =		
							FERIADO	PONTO FACULTATIVO

				¼ P	12,5mg				
Lanche da tarde		<u>Frutas Picadas (Laranja, Macã e Abacaxi) com Canela</u>		<u>Biscoito Suco de Laranja Macã</u>		<u>Pão com doce de fruta</u>			
½ P	Laranja ½ unidade (45g) = 25 mg	1P	Biscoito trazido de casa = 50mg	1 P	Pão trazido de casa =50mg				
¼ P	Abacaxi 1 porção de 37,5g = 12,5mg	½ P	Laranja 1/2 unidade (45g) =25 mg	-	Doce de fruta (20g) = 11mg				
¼P	Maçã (97,5g) = 12,5 mg	1/3P	Maçã 1 unidade (130g) = 17mg						
-	Canela em Pó								
		<u>Aipim cozido ao Molho Vermelho</u> <u>Beterraba cozida</u>		<u>Arroz Integral</u> <u>Repolho Refogado</u> <u>Salada de Cenoura Cozida</u>		<u>Sopa de Legumes</u> <u>(Batata Inglesa, Cenoura, Repolho)</u>			
1 P	Aipim cozido 2 pedaços médios (200g) = 50 mg	1P	Arroz integral 3 CS (60g) = 50 mg	½ P	Cenoura 2C sopa (50g) =25mg				
½ P	Beterraba cozida 2CSch (40 g) =25mg	PL	Repolho Refogada (Livre)	1 P	Batata Inglesa ½ Unidade Média (70g) =50mg				
		¼ P	Cenoura 1C sopa (25g) =12,5mg	PL	Repolho (Livre)				
				½ P	Arroz integral 1 1/2 CS (30g)=25mg				
Total de Fenilalanina		298,25		296mg		303mg			

FERIADO

PONTO FACULTATIVO

* 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: 04/06 à 08/06 (18ª Semana)

REFEIÇÃO	DIAS DA SEMANA									
	Segunda-feira		Terça-feira		Quarta-feira		Quinta-feira		Sexta-feira	
Café da Manhã		<u>Biscoito</u> <u>Suco de Abacaxi</u>		<u>Salada de Frutas</u> <u>(Mamão, Banana, Laranja, Maçã)</u>		<u>Pão com doce de fruta</u>		<u>Creme de Manga com Inhamé</u>		<u>Mamão Picado com Canela</u>
	1 P	Biscoito trazido de casa = 50mg	¼ P	Banana Branca 1/2 unidade (20g) = 12 mg	1 P	Pão trazido de casa = 50mg	½ P	Manga ½ unidade média (70g) = 25mg	1 P	Mamão 1 fatia média (170g) = 50mg
	½ P	Abacaxi 1 fatia média (75g) = 25 mg	¼ P	Laranja 1/3 unidade (30g) = 17 mg	-	Doce de fruta (20g) = 11mg	½ P	Inhamé (34g) = 25mg	PL	Canela
			½ P	Mamão ½ fatia (85g) = 25mg						
			¼ P	Maçã (97,5g) = 12,5mg						
Almoço		<u>Aipim cozido</u> <u>Beterraba cozida</u> <u>Pepino</u>		<u>Arroz integral</u> <u>Couve refogada</u> <u>Salada de Tomate</u> <u>Salada de Alface</u>		<u>Batata Doce Cozida</u> <u>Acelga refogada</u> <u>Brócolis Cozido</u>		<u>Arroz Integral</u> <u>Abóbora Refogada</u> <u>Salada de Couve-flor cozida</u> <u>Salada de Tomate</u>		<u>Purê Misto de Inhamé e</u> <u>Batata Inglesa</u> <u>Acelga Refogada</u> <u>Salada de Cenoura</u> <u>Ralada</u> <u>Salada de Berinjela</u> <u>Cozida</u>
	1 P	Aipim cozido 2 pedaços médios (200g) = 50 mg	1 P	Arroz integral 3 CS (60g) = 50 mg	1 P	Batata doce 1 unidade pequena (175g) = 50mg	1 P	Arroz integral 3 CS (60g) = 50 mg	½ P	Batata Inglesa ½ unidade média (35g) = 25 mg
	½ P	Beterraba cozida 2CSch (40 g) = 25mg	PL	Couve (Livre)	PL	Acelga (Livre)	½ P	Abóbora Cozida 1CSch (36 g) = 25mg	½ P	Inhamé porção de (34g) = 25mg
	¼ P	Pepino 2CSch (36 g) = 12,5mg	1/3P	Tomate 1/3 und. pequena (34g) = 17mg	½ P	Brócolis Cozido 1 ½ CSch (15g) = 25 mg	½ P	Couve-flor cozida ½ ramo médio (30g) = 25mg	PL	Acelga (livre)
			PL	Alface (Livre)			1/3 P	Tomate 1/3 und. pequena (34g) = 17mg	¼ P	Cenoura 1CSch (20gr) = 12,5mg
									¼ P	Berinjela 1 CSch

									(25g)=12,5mg	
Lanche da Tarde		<u>Maçã picada com canela</u>		<u>Biscoito Suco de laranja</u>		<u>Frutas Picadas (Laranja e Maçã) salpicada com canela</u>		<u>Pão com Patê de Abacate Suco de Abacaxi</u>	<u>Frutas Picadas (Banana, Mamão, Goiaba e Abacaxi) com Canela</u>	
	1/3P	Maçã 1 unidade (130g) = 17mg	1 P	Biscoito trazido de casa = 50mg	1/3 P	Maçã 1 unidade (130g) = 17mg	1 P	Pão trazido de casa =50mg	¼ P	Banana Branca 1/2 unidade (20g) =12 mg
	PL	Canela em pó	½ P	Laranja (1/2 unidade) para suco = 25mg	½ P	Laranja 1/2 unidade(45g)= 25mg	½ P	Abacate 1CSch (45g)= 25mg	½ P	Mamão ½ fatia (85g) =25mg
					PL	Canela	¼ P	Abacaxi 1/2 fatia (37,5) = 12,5mg	¼ P	Goiaba ¼ und pequena (30g) = 12,5mg
									¼ P	Abacaxi 1/2 fatia (37,5) = 12,5mg
									PL	Canela em Pó
Jantar		<u>Arroz integral Repolho refogada</u>		<u>Sopa de Legumes (Batata Inglesa, Cenoura, Repolho)</u>		<u>Arroz Integral com Acafrão Salada Mista Verde</u>		<u>Purê de Batata Inglesa Repolho Refogado</u>		<u>Arroz com Brócolis Salada de Tomate</u>
	1 P	Arroz integral 3 CS (60g) = 50 mg	½ P	Cenoura 2C sopa (50g) =25mg	1 P	Arroz integral 3 CS (60g) = 50 mg	1 P	Batata Inglesa ½ Unidade Média (70g) =50mg	1P	Arroz Integral 3 CS (60g) = 50 mg
	PL	Repolho (livre)	1 P	Batata Inglesa ½ Unidade Média (70g) =50mg	PL	Alface (livre)	PL	Repolho	1/3P	Brócolis 1CSch (10gr)=17mg
			PL	Repolho	PL	Agrião (livre)			½ P	Tomate ½ und. pequena (50g) = 25mg
			½ P	Arroz integral 1 1/2 CS (30g)=25mg						
Total de Fenilalanina		<u>229,50mg</u>		<u>308,50mg</u>		<u>228mg</u>		<u>304,5mg</u>		<u>279mg</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: 11/06 à 15/06 (19ª Semana)

REFEIÇÃO	DIAS DA SEMANA									
	Segunda-feira		Terça-feira		Quarta-feira		Quinta-feira		Sexta-feira	
Café da Manhã		<u>Biscoito</u> <u>Suco de Abacaxi</u>		<u>Salada de Frutas</u> <u>(Mamão, Banana, Laranja, Macã)</u>		<u>Pão com doce de fruta</u>		<u>Biscoito</u> <u>Suco de Laranja</u>		<u>Banana picada com canela</u>
	1 P	Biscoito trazido de casa = 50mg	¼ P	Banana Branca 1/2 unidade (20g) = 12 mg	1 P	Pão trazido de casa = 50mg	1P	Biscoito trazido de casa = 50mg	½ P	Banana Branca 1 unidades média (40g) = 25mg
	½ P	Abacaxi 1 fatia média (75g)=25 mg	¼ P	Laranja 1/3 unidade (30g) =17 mg	-	Doce de fruta (20g) = 11mg	½ P	Laranja (1/2 unidade) para suco = 25mg	-	Canela em Pó
			½ P	Mamão ½ fatia (85g) =25mg						
			¼ P	Maçã (97,5g) = 12,5mg						
Almoço		<u>Purê de Batata com Cebolinha da Horta</u> <u>Salada de Beterraba Cozida</u> <u>Salada de Pepino</u>		<u>Aipim cozido ao Molho Vermelho</u> <u>Couve Refogada</u> <u>Salada de Tomate</u>		<u>Arroz Integral</u> <u>Salada de Beterraba Cozida</u> <u>Salada de Alface com Rúcula</u>		<u>Purê de Batata Inglesa</u> <u>Repolho Refogado</u> <u>Abóbora cozida</u>		<u>Batata Doce Cozida</u> <u>Vagem com Cenoura Cozidas</u> <u>Salada de Beterraba Ralada</u>
	1 P	Batata Inglesa ½ unidade (70g) =50mg	1 P	Aipim cozido 2 pedaços médios (200g) = 50 mg	1 P	Arroz Integral 3 CS (60g) = 50 mg	1P	Batata Inglesa ½ unidade (70g) =50mg	1 P	Batata Doce 1 unidade pequena (177,5g) =50mg
	PL	Cebolinha da Horta (Livre)	PL	Couve (Livre)			PL	Repolho (livre)		
	¼ P	Beterraba Cozida 2CSch (40 g) =25mg	½ P	Tomate ½ unidade pequena (50gr) = 25mg	¼ P	Beterraba Cozida (20 g) =12,5mg	1P	Abóbora Cozida 2CSch (72 g) =50mg	¼ P	Vagem cozida 1 CSch (20g) = 12,5mg
	¼ P	Pepino 2CSch (36g) = 12,5mg			PL	Alface (livre) Rúcula (livre)			¼ P	Cenoura 1CSch (20gr) = 12,5mg
									½ P	Beterraba Ralada 2CSch (40 g) =25mg

Lanche da tarde	1P	<u>Goiaba</u> Goiaba 1 und pequena (120g) = 50mg	1P	<u>Biscoito Suco de Abacaxi Tangerina</u> Biscoito trazido de casa = 50mg	1 P	<u>Banana Picada com Canela</u> Banana Branca unidades médias (80g) = 50mg	2	½ P	<u>Frutas Picadas (Laranja e Melão)</u> Melão 1 fatia média (90g) = 25 mg	¼ P	<u>Frutas Picadas (Banana, Laranja e Goiaba) com Canela</u> Banana Branca 1/2 unidade (20g) =12 mg
			½ P	Abacaxi 1 fatia média (75g)=25 mg	PL	Canela em Pó		½ P	Laranja ½ und (45g) = 25mg	½ P	Laranja (1/2 unidade) para suco = 25mg
			½ P	Tangerina ½ und (67,5g) =25mg						¼ P	Goiaba ¼ und pequena (30g) = 12,5mg
										PL	Canela em Pó
Jantar	1 P	<u>Purê de aipim Acelga refogada</u> Aipim cozido 2 pedaços médios (200g) = 50 mg	1P	<u>Arroz integral com Açafrão Cenoura ralada</u> Arroz Integral 3 CS (60g) = 50 mg	½ P	<u>Sopa de Legumes (Batata Inglesa, Cenoura, Couve-flor)</u> Cenoura 2C sopa (50g) =25mg		1P	<u>Aipim ao Molho Vermelho Salada de Acelga com Tomate</u> Aipim cozido 2 pedaços médios (200g) = 50 mg	1 P	<u>Inhame Cozido ao Molho Vermelho Salada de Couve-Flor Salada de Alface</u> Inhame porção de (68g)= 50mg
	PL	Acelga (livre)	PL	Açafrão	1 P	Batata Inglesa ½ Unidade Média (70g) =50mg		PL	Acelga (Livre)	1 P	Couve-Flor 1 ramo (60g)=50mg
			¼ P	Cenoura 1CSch (20gr) = 12,5mg	½ P	Couve-Flor ½ ramo (30g)=25mg		¼ P	Tomate ¼ und. pequena (25g) = 12,5mg	PL	Alface (Livre)
					½ P	Arroz integral 1 1/2 CS (30g)=25mg					
Total de Fenilalanina		<u>262,50mg</u>		<u>304,0mg</u>		<u>298,5mg</u>		<u>287,5mg</u>		<u>274,5mg</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: 18/06 à 22/06 (20ª Semana)

REFEIÇÃO	DIAS DA SEMANA									
	Segunda-feira		Terça-feira		Quarta-feira		Quinta-feira		Sexta-feira	
Café da Manhã		<u>Biscoito</u> <u>Suco de Abacaxi</u>		<u>Laranja</u>		<u>Frutas Picadas (Banana, Mamão, Abacaxi e laranja) com Canela</u>		<u>Pão com doce de fruta</u>		<u>Banana Picada com Canela</u>
	1 P	Biscoito trazido de casa = 50mg	1 P	Laranja 1 unidade pequena (90g) = 50mg	¼ P	Banana Branca 1/2 unidade (20g) = 12 mg	1 P	Pão trazido de casa = 50mg	1 P	Banana Branca 2 unidades médias (80g) = 50mg
	¼ P	Abacaxi 1/2 fatia (37,5) para suco = 12,5mg			1/3 P	Mamão 1 porção de (57g) = 17mg	-	Doce de fruta (20g) = 11mg	PL	Canela em Pó
					¼ P	Abacaxi 1/2 fatia (37,5) = 12,5mg				
					¼ P	Laranja ¼ unidade pequena (22,5g) = 12,5mg				
					PL	Canela em Pó				
Almoço		<u>Inhame Cozido</u> <u>Salada de Cenoura Cozida</u> <u>Salada de Pepino</u>		<u>Arroz integral</u> <u>Abóbora refogada</u> <u>Salada de Tomate</u> <u>Salada de Couve</u>		<u>Purê de Batata Doce ao Molho Vermelho</u> <u>Salada de Cenoura cozida</u> <u>Salada de Repolho verde e Roxo</u>		<u>Arroz Cozido</u> <u>Salada de Beterraba Ralada</u> <u>Salada de Couve-Flor Cozida</u>		<u>Batata doce cozida</u> <u>Salada de Vagem</u> <u>Salada de Tomate</u>
	1 P	Inhame porção de (68g)= 50mg	1 P	Arroz Integral 3 CS (60g) = 50 mg	1 P	Batata Doce 1 unidade pequena (177,5g) = 50mg	1 P	Arroz Integral 3 CS (60g) = 50 mg	1 P	Batata Doce 1 unidade pequena (177,5g) = 50mg
	½ P	Cenoura 2CSch (50gr) = 25mg	½P	Abóbora Cozida 1CSch (36 g) = 25mg	½ P	Cenoura 2CSch (50gr) = 25mg	½ P	Beterraba cozida 2CSch (40 g) = 25mg	¼ P	Vagem cozida 1 CSch (20g) = 12,5mg
	¼ P	Pepino 2CSch (36 g) = 12,5mg	PL	Couve (livre)	PL	Repolho Verde (Livre) Repolho Roxo (Livre)	1P	Couve-Flor 1 ramo (60g)=50mg	½ P	Tomate ½ unidade pequena (50gr) = 25mg
			½P	Tomate ½ und. pequena (50g) = 25mg						

Lanche da tarde		<u>Frutas Picadas (Maçã e Abacaxi) com Canela</u>		<u>Banana Picada com Canela</u>		<u>Biscoito Suco de Abacaxi</u>		<u>Trio de Frutas (Banana, Goiaba e Maçã) com Canela</u>		<u>Laranja</u>
	1/3 P	Maçã 1 unidade média (130g) = 17mg	1 P	Banana Branca 2 unidades médias (80g) = 50mg	1 P	Biscoito trazido de casa = 50mg	¼ P	Banana Branca 1/2 unidade (20g) = 12 mg	1 P	Laranja 1 unidade pequena (90g) = 50mg
	½ P	Abacaxi 1 fatia (75g) = 25mg	PL	Canela em Pó	¼ P	Abacaxi para suco 1/2 fatia (37,5) = 12,5mg	½ P	Goiaba ½ unidade (60g) = 25mg		
	PL	Canela em Pó					1/6 P	Maçã ½ unidade (65g) = 8,3 mg		
							PL	Canela		
Jantar		<u>Arroz integral com Tempero Verde da Horta Acelga Refogada</u>		<u>Purê de Aipim com Brócolis Salada de Cenoura Ralada</u>		<u>Sopa de Legumes (Batata Inglesa, Cenoura, Vagem)</u>		<u>Aipim ao Molho Vermelho Repolho Refogado Salada de Tomate</u>		<u>Arroz com Açafrão Brócolis com Cenoura Cozidos</u>
	1 P	Arroz Integral 3 CS (60g) = 50 mg	1 P	Aipim cozido 2 pedaços médios (200g) = 50mg	½ P	Cenoura 2C sopa (50g) = 25mg	1P	Aipim cozido 2 pedaços médios (200g) = 50 mg	1 P	Arroz Integral 3 CS (60g) = 50 mg
	PL	Tempero verde da Horta	1/3P	Brócolis 1CSch (10gr)=17mg	1 P	Batata Inglesa ½ Unidade Média (70g) = 50mg	PL	Repolho (Livre)	PL	Açafrão (Livre)
	PL	Acelga (Livre)	½ P	Cenoura 2CSch (50gr) = 25mg	¼ P	Vagem cozida 1 CSch (20g) = 12,5mg	¼ P	Tomate ¼ und. pequena (25g) = 12,5mg	1/3P	Brócolis 1CSch (10gr)=17mg
					½ P	Arroz integral 1 1/2 CS (30g)=25mg			¼ P	Cenoura 1CSch (25gr) = 12,5mg
Total de Fenilalanina		242.0mg		292.0mg		304.0mg		293.80mg		267.0mg

* 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!