

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: 24/09 à 28/09/2018 (32ª 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>Pão com doce de fruta</u>		<u>Suco de Laranja</u> <u>Biscoito</u> <u>Goiaba</u>		<u>Salada de Frutas</u> <u>(Manga, Banana,</u> <u>Laranja, Abacaxi e</u> <u>Maçã)</u>		<u>Banana Assada com</u> <u>Canela</u>
	1P	Biscoito trazido de casa = 50mg	1P	Pão trazido de casa = 50mg	½ P	Laranja 1/2 unidade (45g) para suco = 25 mg	¼ P	Manga ¼ unidade (35g) = 12,5mg	½ P	Banana Branca 1 unidades média (40g) = 25mg
	¼ P	Abacaxi 1 porção de 37,5g (para suco) = 12,5mg	¼ P	Doce de fruta (20g) = 11mg	1P	Biscoito trazido de casa = 50mg	¼ P	Banana Branca 1/2 unidade (20g) = 12,5 mg	-	Canela em Pó
	1/3P	Maçã 1 unidade (130g) = 17mg			1P	Goiaba 1 unidade pequena (120g)=50mg	1/3P	Laranja 1/3 unidade (30g)=17 mg		
Almoço		<u>Aipim cozido ao Molho Vermelho</u> <u>Abóbora Refogada</u> <u>Salada de Beterraba Cozida</u> <u>Salada de Repolho</u>		<u>Batata Inglesa Cozida com Açafrão</u> <u>Couve Refogada</u> <u>Salada de Cenoura Cozida</u>		<u>Purê de Aipim</u> <u>Salada de Brócolis Cozido</u> <u>Salada de Tomate</u>		<u>Batata Inglesa Cozida</u> <u>Berinjela Refogada</u> <u>Salada de Repolho Ralado</u>		<u>Purê de Batata Inglesa Vagem Cozida</u> <u>Salada de Pepino</u>
	1P	Aipim cozido 2 pedaços médios (200g) = 50 mg	1P	Batata Inglesa ½ Unidade Média (70g) = 50mg	1P	Aipim cozido 2 pedaços médios (200g) = 50 mg	1P	Batata Inglesa ½ Unidade Média (70g) = 50mg	1P	Batata Inglesa ½ Unidade Média (70g) = 50mg
	½ P	Abóbora 1CSch (36 g) = 25mg	PL	Açafrão (Livre)	½ P	Brócolis 1 ½ CSch (15gr)=25mg	¼ P	Berinjela Cozida 1 CSch (25g) = 12,5mg	¼ P	Vagem 1CSch (20g)=12,5mg
	½ P	Beterraba ralada 2CSch	½ P	Cenoura 2C sopa (50g)=25mg	1/3P	Tomate 1/3 und. pequena (34g) = 17mg	PL	Repolho (Livre)	1/8 P	Pepino 1CSch (18g) = 6,25mg

	PL	(40 g) =25mg Repolho (Livre)							
Lanche da tarde		<u>Frutas Picadas (Melão, Laranja e Maçã) salpicada com canela</u>		<u>Abacaxi Picado com Canela</u>		<u>Salada de Frutas (Banana, Laranja, Goiaba) com Canela</u>		<u>Pão com Tomate e Orégano Suco de Laranja</u>	<u>Frutas Picadas (Melão, Laranja e Mamão)</u>
	1/3 P	Laranja 1/3 unidade (30g) =17 mg	½ P	Abacaxi 1 fatia (75) = 25mg	¼ P	Banana Branca 1/2 unidade (20g) =12,5 mg	1 P	Pão trazido de casa =50mg	½ P Melão 1 fatia (90g) = 25mg
	1/3 P	Maçã 1 unidade (130g) = 17mg	PL	Canela em pó (Livre)	1/3P	Laranja 1/3 unidade (30g) =17 mg	1/3 P	Tomate 1/3 und. pequena (34g) = 17mg	½ P Laranja ½ unidade (45g)=25mg
	½ P	Melão 1 fatia (90g) =25mg			¼ P	Goiaba ¼ und pequena (30g) = 12,5mg	PL	Orégano (Livre)	½ P Mamão ½ fatia (85g) =25mg
	PL	Canela em pó (Livre)			PL	Canela em Pó (livre)	1/2 P	Laranja 1/2 unidade (45g) para suco =25 mg	
		<u>Batata Doce Cozida Salada de Cenoura Cozida Salada de Pepino</u>		<u>Purê de Batata Inglesa ao Molho Vermelho Salada de Alface com Agrião</u>		<u>Batata Inglesa Cozida com Cebolinha da Horta Acelga Refogada</u>		<u>Purê de Aipim com Tempero Verde da Horta Salada de Beterraba Cozida</u>	<u>Batata Inglesa Cozida Salada de Cenoura Cozida Salada de Repolho</u>
	½ P	Batata Doce ½ unidade pequena (88,50g)= 25mg	IP	Batata Inglesa ½ Unidade Média (70g) =50mg	IP	Batata Inglesa ½ Unidade Média (70g) =50mg	1 P	Aipim cozido 2 pedaços médios (200g) = 50 mg	1P Batata Inglesa ½ Unidade Média (70g) =50mg
	½ P	Cenoura 2C sopa (50g) =25mg	PL	Alface (Livre)	PL	Acelga (Livre)	½ P	Beterraba cozida 2CSch (40 g) =25mg	1/4 P Cenoura Cozida 1C sopa (25g) =12,5mg
	¼ P	Pepino 2CSch (36g) = 12,5mg	PL	Agrião (Livre)					PL Repolho (Livre)
Total de Fenilalanina		<u>301mg</u>		<u>211mg</u>		<u>309mg</u>		<u>301mg</u>	<u>231,25mg</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: 01/10 à 05/10/2018 (33ª Semana)

REFEIÇÃO	DIAS DA SEMANA									
	Segunda-feira		Terça-feira		Quarta-feira		Quinta-feira		Sexta-feira	
Café da Manhã		<u>Duo de Frutas (Banana e Laranja) com Canela</u>		<u>Pão com doce de fruta</u>		<u>Goiaba</u>		<u>Salada de Frutas (Manga, Banana, Laranja, Abacaxi e Maçã)</u>		<u>Banana Picada com Canela</u>
	½ P	Banana Branca 1 unidades média (40g) = 25mg	1 P	Pão trazido de casa = 50mg	1 P	Goiaba 1 unidade pequena (120g)=50mg	¼ P	Manga ¼ unidade (35g) = 12,5mg	½ P	Banana Branca 1 unidades média (40g) = 25mg
	½ P	Laranja 1/2 unidade (45g) para suco = 25 mg	¼ P	Doce de fruta (20g) = 11mg			¼ P	Banana Branca 1/2 unidade (20g) = 12,5 mg	-	Canela em Pó
	PL	Canela (Livre)	½ P	Mamão ½ fatia (85g) = 25mg			1/3P	Laranja 1/3 unidade (30g) = 17 mg		
Almoço		<u>Purê de Batata Inglesa com Cheiro Verde da Horta</u>		<u>Purê de Aipim Couve Refogada Picadinha</u>		<u>Arroz Salada de Brócolis Salada de Alface com Agrião</u>		<u>Batata Doce Cozida Salada de Beterraba Cozida Salada de Tomate</u>		<u>Purê de Aipim Abóbora Cozida Salada de Pepino</u>
		<u>Salada de Cenoura Cozida</u>		<u>Salada de Tomate</u>						
	1 P	Batata Inglesa ½ unidade (70g) = 50mg	1 P	Aipim cozido 2 pedaços médios (200g) = 50 mg	1 P	Arroz 3CS (60g) = 50 mg	1 P	Batata Doce 1 unidade pequena (177g)= 50mg	1 P	Aipim cozido 2 pedaços médios (200g) = 50 mg
	¼ P	Cenoura Cozida 1CSch (20gr) = 12,5mg	1/3 P	Couve (Livre)	1 P	Brócolis 3CSch (30gr)=50mg	¼ P	Beterraba Cozida 1CSch (20 g) = 12,5mg	½ P	Abóbora 1 CSch (36g)=25mg
	PL	Acelga (Livre)		Tomate 1/3 und. pequena (34g) = 17mg	PL	Alface (Livre)	1/3 P	Tomate 1/3 und. pequena (34g) = 17mg	1/8 P	Pepino 1CSch (18g) = 6,25mg
					PL	Agrião (Livre)				

Lanche da Tarde		<u>Biscoito</u> <u>Suco de Laranja</u> <u>Melão</u>		<u>Abacaxi Picado com</u> <u>Canela</u>		<u>Maçã</u> <u>Biscoito</u> <u>Suco de Abacaxi</u>		<u>Pão com Tomate e</u> <u>Orégano</u> <u>Suco de Laranja</u>		<u>Trio de Frutas (Mamão,</u> <u>Laranja e Banana)</u> <u>salpicada com canela</u>
	½ P	Biscoito trazido de casa = 50mg	½ P	Abacaxi 1 fatia (75) = 25mg	1/3 P	Maçã 1 unidade média (130g)=17mg	1 P	Pão trazido de casa =50mg	¼ P	Banana Branca 1/2 unidade (20g)=12 mg
	½ P	Laranja 1/2 unidade (45g) para suco =25 mg	PL	Canela em pó (livre)	1 P	Biscoito trazido de casa = 50mg	1/3 P	Tomate 1/3 und. pequena (34g) = 17mg	¼ P	Laranja 1/3 unidade (30g) =17 mg
	½ P	Melão 1 fatia (90g) = 25mg			¼ P	Abacaxi 1 porção de 37,5g (para suco) = 12,5mg	PL	Orégano (Livre)	½ P	Mamão ½ fatia (85g) =25mg
							1/2 P	Laranja 1/2 unidade (45g) para suco =25 mg	PL	Canela em Pó (Livre)
Jantar		<u>Aipim ao Molho</u> <u>Vermelho</u> <u>Salada de Pepino</u>		<u>Sopa de Legumes</u> <u>(Batata Inglesa,</u> <u>Cenoura, Repolho)</u>		<u>Aipim Cozido</u> <u>Salada de Abóbora</u> <u>Refogada</u>		<u>Arroz ao Molho</u> <u>Vermelho</u> <u>Salada de Repolho</u>		<u>Sopa de Legumes</u> <u>(Batata Inglesa,</u> <u>Cenoura, Repolho)</u>
	1 P	Aipim cozido 2 pedaços médios (200g) = 50 mg	¼ P	Cenoura 1C sopa (25g) =12,5mg	1 P	Aipim cozido 2 pedaços médios (200g) = 50 mg	1P	Arroz 3CS (60g) = 50mg	¼ P	Cenoura 1C sopa (25g) =12,5mg
	¼ P	Pepino 2CSch (36g) = 12,5mg	1 P	Batata Inglesa ½ Unidade Média (70g) =50mg	½ P	Abóbora 1CSch (36g)=25mg	PL	Repolho (Livre)	1 P	Batata Inglesa ½ Unidade Média (70g) =50mg
			PL	Repolho					PL	Repolho
			½ P	Arroz 1 1/2 CS (30g)=25mg					½ P	Arroz 1 1/2 CS (30g)=25mg
Total de Fenilalanina		<u>275mg</u>		<u>265,50mg</u>		<u>304,5mg</u>		<u>297,5mg</u>		<u>247,75mg</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: 08/10 à 12/10/2018 (34ª Semana)

REFEIÇÃO	DIAS DA SEMANA					
	Segunda-feira		Terça-feira		Quarta-feira	
Café da Manhã		<u>Biscoito</u> <u>Suco de Abacaxi</u>		<u>Trio de Frutas (Mamão, Laranja e Banana)</u> <u>salpicada com canela</u>		<u>Mamão</u>
	1 P	Biscoito trazido de casa = 50mg	¼ P	Banana Branca 1/2 unidade (20g) = 12 mg	1 P	Mamão 1 fatia (170g) = 50mg
	¼ P	Abacaxi 1/2 fatia (37,5) para suco = 12,5mg	¼ P	Laranja 1/3 unidade (30g) = 17 mg		
	1/3 P	Maçã 1 unidade (130g) = 17mg	½ P	Mamão ½ fatia (85g) = 25mg		
			PL	Canela em Pó (Livre)		
Almoço		<u>Purê de Aipim ao Molho Vermelho</u> <u>Abóbora Cozida</u> <u>Salada de Pepino</u>		<u>Arroz com Cheiro Verde</u> <u>Salada de Beterraba Cozida</u> <u>Salada de Agrião com Rúcula</u>		<u>Purê de Batata Doce</u> <u>Couve Picadinha</u> <u>Refogada</u> <u>Salada de Cenoura</u>
	1 P	Aipim cozido 2 pedaços médios (200g) = 50 mg	1 P	Arroz 3 CS (60g) = 50 mg	½ P	Batata Doce ½ unidade pequena (89g) = 25mg
	¼ P	Abóbora Cozida 1 CSch (36g) = 25mg	¼ P	Beterraba Cozida 1CSch (20 g) = 12,5mg	PL	Couve (Livre)
	1/8 P	Pepino 1 CSch (18g) = 6,25mg	PL	Agrião (Livre)	1/3 P	Cenoura Crua 2CSch (24gr) = 17mg
			PL	Rúcula (Livre)		
						<u>Purê de Batata Doce com Batata Inglesa</u> <u>Salada de Beterraba Cozida</u> <u>Salada de Acelga com Laranja</u>
						½ P Batata Doce ½ unidade pequena (89g) = 25mg
						½ P Batata Inglesa ½ unidade média (70g) = 25 mg
						PL Repolho Verde (Livre)
						PL Beterraba Cozida 1CSch (20 g) = 12,5mg

FERIADO

Lanche da tarde	½ P	<u>Abacaxi Picado</u> <u>Salpicado com Canela</u>	1 P	<u>Pão com doce de fruta</u>	¼ P	<u>Salada de Frutas</u> <u>(Goiaba, Banana, Laranja, Maçã e Abacaxi)</u>	1 P	<u>Biscoito</u> <u>Suco de Abacaxi</u>	FERIADO
		Abacaxi 1 fatia (75g) =25mg		Pão trazido de casa =50mg		Goiaba ¼ unidade pequena (30g)=12,5mg		Biscoito trazido de casa = 50mg	
	PL	Canela (Livre)	¼ P	Doce de fruta (20g) = 11mg	¼ P	Banana Branca 1/2 unidade (20g) =12 mg	¼ P	Abacaxi 1/2 fatia (37,5) para suco = 12,5mg	
			½ P	Banana Branca 1 unidade (40g) =25 mg	1/3P	Laranja 1/3 unidade (30g) =17 mg	1/3 P	Maçã 1 unidade (130g) = 17mg	
					1/3P	Maçã 1 unidade (130g) = 17mg Abacaxi ½ fatia (37,5g) =25mg			
Jantar	¼ P	<u>Sopa de Legumes</u> <u>(Batata Inglesa, Cenoura, Repolho)</u>	1P	<u>Batata Inglesa Cozida</u> <u>Salada de Couve-flor com Cenoura Cozida</u>	1P	<u>Purê de Aipim ao Molho Vermelho</u> <u>Salada de Alface</u> <u>Salada de Tomate</u>	¼ P	<u>Sopa de Legumes</u> <u>(Batata Inglesa, Cenoura, Repolho)</u>	
		Cenoura 1C sopa (25g) =12,5mg		Batata Inglesa ½ unidade média (70g)=50 mg		Aipim cozido 2 pedaços médios (200g) = 50 mg		Cenoura 1C sopa (25g) =12,5mg	
	1 P	Batata Inglesa ½ Unidade Média (70g) =50mg	½ P	Couve-flor cozida ½ ramo (30g) =25mg	PL	Alface (Livre)	1 P	Batata Inglesa ½ Unidade Média (70g) =50mg	
	½ P	Arroz 1 1/2 CS (30g)=25mg	½ P	Cenoura 2C sopa (50g) =25mg	1/3P	Tomate 1/3 und. pequena (34g) = 17mg	½ P	Arroz 1 1/2 CS (30g)=25mg	
	PL	Repolho					PL	Repolho	
Total de Fenilalanina		<u>273,25mg</u>		<u>302,5mg</u>		<u>242,50mg</u>		<u>279,50mg</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: 15/10 à 19/10/2018 (35ª Semana)

REFEIÇÃO	DIAS DA SEMANA								
	Segunda-feira	Terça-feira		Quarta-feira		Quinta-feira	Sexta-feira		
Café da Manhã	<u>DIA DOS PROFESSORES</u>		<u>Duo de Frutas (Laranja e Abacaxi) salpicada com canela</u>		<u>Pão com doce de fruta</u>		<u>Salada de Frutas (Mamão, Banana, Laranja, Maçã)</u>		<u>Mamão</u>
		1/2 P	Laranja 1/2 unidade (45g)=25mg	1 P	Pão trazido de casa =50mg	1/4 P	Banana Branca 1/2 unidade (20g) =12,5 mg	1 P	Mamão 1 fatia média (170g)=50mg
		1/4 P	Abacaxi 1/2 fatia (37,5) = 12,5mg	1 P	Goiaba 1 unidade pequena (120g)=50mg	1/3 P	Laranja 1/3 unidade (30g) =17 mg		
		PL	Canela em Pó (livre)			1/2 P	Mamão 1/2 fatia (85g) =25mg		
						1/3 P	Maçã 1 unidade (130g) = 17mg		
Almoço			<u>Arroz ao Molho Vermelho</u> <u>Abóbora Refogada</u> <u>Salada de Repolho Verde com Repolho Roxo</u>		<u>Batata Inglesa Cozida com Açafrão</u> <u>Couve Refogada</u> <u>Picadinha</u> <u>Salada de Tomate</u>		<u>Purê Misto de Batata Doce com Batata Inglesa</u> <u>Salada de Berinjela com Cenoura Cozida</u> <u>Salada de Rúcula Picada</u>		<u>Aipim Cozido com Cheiro Verde da Horta</u> <u>Beterraba Cozida</u> <u>Salada de Repolho Verde e Repolho Roxo</u>
		1 P	Arroz 3CS (60g) = 50 mg	2 P	Batata Inglesa 1 unidade (140g) =100mg	1/2 P	Batata Doce 1/2 unidade pequena (89g) =25mg	1/2 P	Aipim cozido 2 pedaços médios (200g) = 50 mg
		1/2 P	Abóbora Cozida 1 CSch (36g) = 25mg	PL	Açafrão	1/2 P	Batata Inglesa 1/2 unidade média (70g)=25 mg	1/4 P	Beterraba Cozida 2CSch (20 g) =12,5mg
		PL	Repolho Verde (Livre)	PL	Couve (Livre)	1/4 P	Berinjela Cozida 1 CSch (25g) = 12,5mg	PL	Repolho Verde e Repolho Roxo (Livre)
		PL	Repolho Roxo (Livre)	1/3 P	Tomate 1/3 und. pequena (34g) = 17mg	1/4 P	Cenoura 1CSch (20gr) = 12,5mg		

Lanche da tarde	<u>DIA DOS PROFESSORES</u>	1/3P PL	<u>Maçã picada com canela</u> Maçã 1 unidade (130g) = 17mg Canela em pó	1/2 P	<u>Abacaxi</u> Abacaxi 1 fatia (75) = 25mg	PL 1 P 1/3 P PL 1/2 P	<u>Rúcula (Livre)</u> <u>Pão com Tomate e Orégano</u> <u>Suco de Laranja</u> Pão trazido de casa = 50mg Tomate 1/3 und. pequena (34g) = 17mg Orégano (Livre) Laranja 1/2 unidade (45g) para suco = 25mg	1P 1/2 P	<u>Biscoito</u> <u>Suco de Laranja</u> Biscoito trazido de casa = 50mg Laranja 1/2 und (45g) para suco = 25mg
Jantar		1P 1/2 P	<u>Purê de Aipim ao Molho Vermelho</u> <u>Salada de Vagem Cozida</u> Aipim cozido 2 pedaços médios (200g) = 50 mg Vagem 2CSch (40g) = 25mg	1P PL PL	<u>Purê de Batata Doce</u> <u>Salada de Agrião com Alface</u> Batata Doce 1 unidade pequena (177g) = 50mg Agrião (Livre) Alface (Livre)	1P 1/3P	<u>Purê de Aipim</u> <u>Salada de Abobrinha Cozida</u> Aipim cozido 2 pedaços médios (200g) = 50 mg Tomate 1/3 und. pequena (34g) = 17mg	1/4 P 1 P 1/2 P PL	<u>Sopa de Legumes (Batata Inglesa, Cenoura, Repolho)</u> Cenoura 1C sopa (25g) = 12,5mg Batata Inglesa 1/2 Unidade Média (70g) = 50mg Arroz 1 1/2 CS (30g) = 25mg Repolho
Total de Fenilalanina			<u>204,50mg</u>		<u>303mg</u>		<u>305,5mg</u>		<u>275mg</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!