

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: 22/10 a 26/10/2018 (36ª 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>Maçã</u>		<u>Pão com doce de fruta</u>		<u>Duo de Frutas (Banana e Goiaba)</u>		<u>Banana Assada com Canela</u>		<u>Melancia</u>
	1P	Biscoito trazido de casa = 50mg	1 P	Pão trazido de casa =50mg	½ P	Goiaba ½ unidade pequena (60g)=25mg	1 P	Banana Nanica 1 unidades média (80g) = 50mg	1P	Melancia 1 fatia (100gr) = 50mg
	¼ P	Abacaxi 1 porção de 37,5g (para suco) = 12,5mg	¼ P	Doce de fruta (20g) = 11mg	½ P	Banana Nanica ½ unidade (40g) =25 mg	-	Canela em Pó		
	1/3P	Maçã 1 unidade (130g) = 17mg								
Almoço		<u>Aipim cozido ao Molho Vermelho</u> <u>Cenoura Refogada</u> <u>Salada de Beterraba Cozida</u> <u>Salada de Repolho</u>		<u>Arroz com Acafrão</u> <u>Couve Refogada</u> <u>Salada de Cenoura Cozida</u>		<u>Batata Doce Cozida</u> <u>Salada de Brócolis e Couve Flor Cozida</u> <u>Salada de Tomate</u>		<u>Purê de Aipim</u> <u>Vagem Refogada</u> <u>Salada de Repolho Ralado</u>		<u>Arroz</u> <u>Salada de Abóbora Cozida</u> <u>Salada de Beterraba Ralada</u>
	1 P	Aipim cozido 2 pedaços médios (200g) = 50 mg	1P	Arroz 3CS (60g) = 50 mg	1 P	Batata Doce 1 unidade pequena (177,5g)= 50mg	1 P	Aipim cozido 2 pedaços médios (200g) = 50 mg	1 P	Arroz 3CS (60g) = 50 mg
	1/4 P	Cenoura 1C sopa (25g) =12,5mg	PL	Açafrão (Livre)	½ P	Brócolis 1 ½ CSch (15gr)=25mg	¼ P	Vagem Cozida 1 CSch (20g) = 12,5mg	½ P	Abóbora 1 CSch (36g)=25mg
	1/4 P	Beterraba ralada 1CSch (20 g)=12,5mg	PL	Couve (Livre)	½ P	Couve flor ½ rama (30gr)=25mg	PL	Repolho (Livre)	¼ P	Beterraba ralada 1CSch (20 g)=12,5mg
	PL	Repolho (Livre)	½ P	Cenoura 2C sopa (50g) =25mg	½ P	Tomate 1/3 und. pequena (34g) = 17mg				

Lanche da tarde	Frutas Picadas (Abacaxi e Maçã) salpicada com canela	Salada de Frutas (Banana, Goiaba, Manga, Abacaxi e Maçã)	Pão com doce de fruta Suco de Laranja	Pão com Tomate e Orégano Suco de Abacaxi	Frutas Picadas (Maçã, Abacaxi e Mamão)
1/2 P	Abacaxi 1 fatia média (75gr) = 25mg	1/4 P Banana Nanica 1/4 unidade (20g) = 12,5 mg	1 P Pão trazido de casa = 50mg	1 P Pão trazido de casa = 50mg	1/6 P Maçã 1/2 unidade (65g) = 8,33mg
1/3 P	Maçã 1 unidade (130g) = 17mg	1/4 P Goiaba 1/4 und pequena (30g) = 12,5mg	1/4 P Doce de fruta (20g) = 11mg	1/3 P Tomate 1/3 und. pequena (34g) = 17mg	1/4 P Abacaxi 1/2 fatia (37,5gr) = 12,5mg
PL	Canela em pó (Livre)	1/4 P Manga 1/4 und média (35g) = 12,5mg	1/2 P Laranja 1/2 unidade (45g) para suco = 25 mg	PL Orégano (Livre)	1/2 P Mamão 1/2 fatia (85g) = 25mg
		1/4 P Abacaxi 1/2 fatia (37,5gr) = 12,5mg		1/4 P Abacaxi 1 porção de 37,5g (para suco) = 12,5mg	
		1/6 P Maçã 1/2 unidade (65g) = 8,33mg			
		PL Canela em pó (Livre)			
Jantar	Batata Doce Cozida Salada de Cenoura Cozida Salada de Pepino	Purê de Aipim ao Molho Vermelho Salada de Alface com Agrião	Sopa de Legumes (Arroz Integral, Cenoura, Repolho), Couve	Arroz com Tempero Verde da Horta Salada de Cenoura Cozida	Aipim Cozido ao Molho Vermelho Salada de Pepino
1 P	Batata Doce 1 unidade pequena (177,5g) = 50mg	1 P Aipim cozido 2 pedaços médios (200g) = 50 mg	1/4 P Cenoura 1C sopa (25g) = 12,5mg	1 P Arroz 3CS (60g) = 50 mg	1 P Aipim cozido 2 pedaços médios (200g) = 50 mg
1/4 P	Cenoura 1C sopa (25g) = 12,5mg	PL Alface (Livre)	1/2 P Arroz 1 1/2 CS (30g) = 25mg	PL Tempero Verde da Horta	1/4 P Pepino 2CSch (36g) = 12,5mg
1/4 P	Pepino 2CSch (36g) = 12,5mg	PL Agrião (Livre)	PL Repolho, Couve	1/4 P Cenoura 1C sopa (25g) = 12,5mg	
		PL Couve (Livre)			
Total de Fenilalanina	271.50mg	244.33mg	290.50mg	254.5mg	245.83mg

* 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: 29/10 a 02/11/2018 (37ª Semana)

REFEIÇÃO	DIAS DA SEMANA				
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Café da Manhã	<u>Duo de Frutas (Melão e Maçã) com Canela</u>	<u>Pão com doce de fruta</u> <u>Suco de Abacaxi</u>	<u>Goiaba</u>	<u>Salada de Frutas (Manga, Banana, Abacaxi e Maçã)</u>	FERIADO
	½ P Melão 1 fatia (90g) = 25mg 1/6P Maçã ½ unidade (65g) = 8,33mg PL Canela (Livre)	1 P Pão trazido de casa =50mg ¼ P Doce de fruta (20g) = 11mg ¼ P Abacaxi 1 porção de 37,5g (para suco) = 12,5mg	IP Goiaba 1 unidade pequena (120g)=50mg	¼ P Manga ¼ unidade (35g) = 12,5mg ¼ P Banana Branca 1/2 unidade (20g) =12,5 mg 1/3 P Mamão 1/3 fatia (57g) =17mg 1/3P Maçã 1 unidade (130g) = 17mg	
Almoço	<u>Arroz com Cheiro Verde da Horta</u> <u>Salada de Abóbora Cozida</u> <u>Salada de Pepino</u>	<u>Purê de Aipim</u> <u>Couve Refogada</u> <u>Picadinha</u> <u>Salada de Tomate</u>	<u>Arroz</u> <u>Salada de Brócolis com Couve flor cozida</u> <u>Salada de Alface com Agrião</u>	<u>Batata Doce Cozida</u> <u>Salada de Beterraba Cozida</u> <u>Salada de Tomate</u>	FERIADO
	1 P Arroz 3CS (60g) = 50 mg PL Cheiro Verde (Livre) ½ P Abóbora 1 CSch (36g)=25mg ¼ P Pepino 2CSch (36g) = 12,5mg	1 P Aipim cozido 2 pedaços médios (200g) = 50 mg PL Couve (Livre) 1/3 P Tomate 1/3 und. pequena (34g) = 17mg	1 P Arroz 3CS (60g) = 50 mg ½ P Brócolis 1 ½ CSch (15gr)=25mg ½ P Couve flor ½ rama (30gr)=25mg PL Alface (Livre) PL Agrião (Livre)	1 P Batata Doce 1 unidade pequena (177g)= 50mg ¼ P Beterraba Cozida 1CSch (20 g) =12,5mg 1/3 P Tomate 1/3 und. pequena (34g) = 17mg	

Lanche da Tarde	<u>Biscoito</u> <u>Suco de Laranja</u> <u>Melancia</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>	FERIADO
1 P ½ P 1 P	Biscoito trazido de casa = 50mg Laranja 1/2 unidade (45g) para suco = 25 mg Melancia 1 fatia (100gr) = 50mg	½ P Abacaxi 1 fatia (75) = 25mg PL Canela em pó (livre)	1/3P Maçã 1 unidade média (130g)=17mg 1 P Biscoito trazido de casa = 50mg ¼ P Abacaxi 1 porção de 37,5g (para suco) = 12,5mg	1 P Pão trazido de casa =50mg 1/3 P Tomate 1/3 und. pequena (34g) = 17mg PL Orégano (Livre) 1/2 P Laranja 1/2 unidade (45g) para suco =25 mg	
Jantar	<u>Aipim ao Molho</u> <u>Vermelho</u> <u>Salada de Repolho</u>	<u>Sopa de Legumes</u> <u>(Batata Inglesa,</u> <u>Arroz,Cenoura,</u> <u>Repolho)</u>	<u>Aipim Cozido</u> <u>Salada de Rúcula com</u> <u>Alface</u>	<u>Arroz ao Molho</u> <u>Vermelho</u> <u>Salada de Repolho cou</u> <u>Cenoura Ralada</u>	
1 P PL	Aipim cozido 2 pedaços médios (200g) = 50 mg Repolho (Livre)	¼ P Cenoura 1C sopa (25g) =12,5mg 1 P Batata Inglesa ½ Unidade Média (70g) =50mg PL Repolho ½ P Arroz 1 1/2 CS (30g)=25mg	1 P Aipim cozido 2 pedaços médios (200g) = 50 mg PL Rúcula (Livre) PL Alface (Livre)	1P Arroz 3CS (60g) = 50mg PL Repolho (Livre) 1/6 P Cenoura (12g) = 8,33mg	
Total de Fenilalanina	<u>295.83mg</u>	<u>253.00mg</u>	<u>279.5mg</u>	<u>288.80mg</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 contêm aspartame (adoçante) e demais alimentos que contêm 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: 05/11 a 09/11/2018 (38ª 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>Maçã</u>		<u>Trio de Frutas (Banana, Abacaxi e Mamão) salpicada com canela</u>		<u>Pão com doce de fruta</u> <u>Melão</u>		<u>Goiaba</u>		<u>Melancia</u>	
	1 P	Biscoito trazido de casa = 50mg	½ P	Banana Caturra ½ unidade (40g) = 25 mg	1 P	Pão trazido de casa = 50mg	1P	Goiaba 1 unidade pequena (120g)=50mg	1P	Melancia 1 fatia (100gr) = 50mg
	¼ P	Abacaxi 1/2 fatia (37,5) para suco = 12,5mg	¼ P	Abacaxi 1/2 fatia (37,5) = 12,5mg	¼ P	Doce de fruta (20g) = 11mg				
	1/3 P	Maçã 1 unidade (130g) = 17mg	½ P	Mamão ½ fatia (85g) = 25mg	½ P	Melão 1 fatia (90g) = 25mg				
			PL	Canela em Pó (Livre)						
Almoço	<u>Aipim Cozido</u> <u>Vagem Cozida</u> <u>Salada de Beterraba Ralada</u>		<u>Purê de Batata Doce</u> <u>Salada de Cenoura Cozida</u> <u>Salada de Agrião com Rúcula</u>		<u>Arroz</u> <u>Couve Picadinha Refogada</u> <u>Salada de Abóbora Cozida</u>		<u>Purê de Batata Doce</u> <u>Salada de Beterraba Cozida</u> <u>Salada de Brócolis</u>		<u>Arroz com Cheiro Verde da Horta</u> <u>Salada de Tomate</u> <u>Salada de Pepino</u>	
	1 P	Aipim cozido 2 pedaços médios (200g) = 50 mg	1 P	Batata Doce ½ unidade pequena (89g) = 25mg	1 P	Arroz 3CS (60g) = 50 mg	1 P	Batata Doce 1 unidade pequena (177,50g) = 50mg	1 P	Arroz 3CS (60g) = 50 mg
	¼ P	Vagem Cozida 1 CSch (20g) = 12,5mg	¼ P	Cenoura 1C sopa (25g) = 12,5mg	PL	Couve (Livre)	¼ P	Beterraba Cozida 1CSch (20 g) = 12,5mg	PL	Cheiro Verde (Livre)
	¼ P	Beterraba Crua 1CSch (20 g) = 12,5mg	PL	Agrião (Livre)	½ P	Abóbora Cozida 1 CSch (36g) = 25mg	½ P	Brócolis 1 ½ CSch (15gr) = 25mg	1/3 P	Tomate 1/3 und. pequena (34g) = 17mg
			PL	Rúcula (Livre)					¼ P	Pepino 2CSch (36g) = 12,5mg

Lanche da tarde	Melancia	Pão com doce de fruta Suco de Abacaxi Banana	Mamão e Banana Picados	Banana Assada com Canela	Biscoito Suco de Laranja Maçã
IP	Melancia 1 fatia (100gr) = 50mg	1 P Pão trazido de casa =50mg ¼ P Abacaxi 1/2 fatia (37,5) para suco = 12,5mg ¼ P Doce de fruta (20g) = 11mg ½ P Banana Caturra ½ unidade (40g) =25 mg	½ P Mamão ½ fatia (75g) =25mg ½ P Banana Caturra ½ unidade (40g) =25 mg	1 P Banana Nanica 1 unidades média (80g) = 50mg - Canela em Pó	1 P Biscoito trazido de casa = 50mg ½ P Laranja 1/2 unidade (45g) para suco =25 mg 1/3P Maçã 1 unidade (130g) = 17mg
Jantar	<u>Purê de Batata Doce ao Molho Vermelho</u> <u>Salada de Pepino</u>	<u>Aipim Cozido ao Molho Vermelho</u> <u>Salada de Couve-flor com Brócolis Cozida</u>	<u>Sopa de Legumes (Batata Inglesa, Arroz Cenoura, Repolho)</u>	<u>Aipim Cozido ao Molho Vermelho</u> <u>Salada de Abóbora</u>	<u>Batata Doce Cozida</u> <u>Salada de Vagem</u> <u>Salada de Cenoura Cozida</u>
1 P	Batata Doce 1 unidade pequena (177g)= 50mg	1P Aipim cozido 2 pedaços médios (200g) = 50 mg	¼ P Cenoura 1C sopa (25g) =12,5mg	1P Aipim cozido 2 pedaços médios (200g) = 50 mg	1 P Batata Doce 1 unidade pequena (177g)= 50mg
¼ P	Pepino 2CSch (36g) = 12,5mg	½ P Couve-flor cozida ½ ramo (30g) =25mg	1 P Batata Inglesa ½ Unidade Média (70g) =50mg	½ P Abóbora Cozida 1 CSch (36g) = 25mg	¼ P Vagem Cozida 1 CSch (20g) = 12,5mg
		½ P Brócolis 1 ½ CSch (15gr)=25mg	½ P Arroz 1 ½ CS (30g)=25mg		Cenoura 1C sopa (25g) =12,5mg
		PL Repolho			
Total de Fenilalanina	267mg	298,5mg	298,50mg	262,50mg	296,50mg

* 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: 12/11 a 16/11/2018 (39ª Semana)

REFEIÇÃO	DIAS DA SEMANA				
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Café da Manhã	<p align="center"><u>Biscoito</u> <u>Suco de Laranja</u> <u>Melão</u></p> <p>1P Biscoito trazido de casa = 50mg</p> <p>½ P Laranja ½ und (45g) para suco = 25mg</p> <p>½ P Melão 1 fatia (90g) = 25mg</p>	<p align="center"><u>Pão com doce de fruta</u> <u>Goiaba</u></p> <p>1 P Pão trazido de casa =50mg</p> <p>¼ P Doce de fruta (20g) = 11mg</p> <p>1P Goiaba 1 unidade pequena (120g)=50mg</p>	<p align="center"><u>Mamão</u></p> <p>1P Mamão 1 fatia média (170g)=50mg</p>		
Almoço	<p align="center"><u>Arroz ao Molho</u> <u>Vermelho</u> <u>Abóbora Refogada</u> <u>Salada de Repolho</u> <u>Verde com Repolho</u> <u>Roxo</u></p> <p>1P Arroz 3CS (60g) = 50 mg</p> <p>½ P Abóbora Cozida 1 CSch (36g) = 25mg</p> <p>PL Repolho Verde (Livre)</p> <p>PL Repolho Roxo (Livre)</p>	<p align="center"><u>Batata Doce Cozida com</u> <u>Açafrão</u> <u>Couve Flor Cozida</u> <u>Salada de Tomate</u></p> <p>½ P Batata Doce ½ unidade pequena (89g) =25mg</p> <p>PL Açafrão</p> <p>1 P Couve-flor cozida 1 ramo (60g) =50mg</p> <p>1/3P Tomate 1/3 und. pequena (34g) = 17mg</p>	<p align="center"><u>Aipim Cozido com Cheiro</u> <u>Verde da Horta</u> <u>Beterraba Cozida</u> <u>Salada de Rúcula</u></p> <p>½ P Aipim cozido 2 pedaços médios (200g) = 50 mg</p> <p>¼ P Beterraba Cozida 2CSch (20 g) =12,5mg</p> <p>PL Rúcula (Livre)</p>	FERIADO	PONTO FACULTATIVO

Lanche da tarde		<u>Maçã picada com canela</u>		<u>Banana Assada com Canela</u>		<u>Biscoito Suco de Laranja</u>		
	1/3P	Maçã 1 unidade (130g) = 17mg	1 P	Banana Nanica 1 unidades média (80g) = 50mg	1P	Biscoito trazido de casa = 50mg		
	PL	Canela em pó	-	Canela em Pó	½ P	Laranja ½ und (45g) para suco = 25mg		
Jantar		<u>Sopa de Legumes (Batata Inglesa, Arroz, Cenoura, Repolho)</u>		<u>Arroz Salada de Agrião com Alface</u>		<u>Batata Doce Cozida ao Molho Vermelho Salada de Vagem</u>		FERIADO
	¼ P	Cenoura 1C sopa (25g) =12,5mg	1P	Arroz 3CS (60g) = 50 mg	1 P	Batata Doce 1 unidade pequena (177g)= 50mg		PONTO FACULTATIVO
	1 P	Batata Inglesa ½ Unidade Média (70g) =50mg	PL	Agrião (Livre)	¼ P	Vagem Cozida 1 CSch (20g) = 12,5mg		
	½ P	Arroz 1 1/2 CS (30g)=25mg	PL	Alface (Livre)				
	PL	Repolho						
Total de Fenilalanina		<u>279,50mg</u>		<u>303mg</u>		<u>250mg</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!