

CENTRO DE EDUCAÇÃO INFANTIL - JOINVILLE/SC
CARDÁPIO CEI INTEGRAL – FENILCETONÚRIA CEI MARILENE DOS PASSOS

Cardápio contendo até de 300mg de Fenilalanina/dia no período de aula

Referente ao período: 27/05 a 31/05/2019 (17ª Semana)

REFEIÇÃO	DIAS DA SEMANA									
	Segunda-feira		Terça-feira		Quarta-feira		Quinta-feira		Sexta-feira	
Lanche da tarde		<u>Bolo de Laranja e Aveia</u> <u>Suco de Limão</u> <u>Maçã</u>		<u>Sagu com suco de uva</u> <u>Laranja</u>		<u>Melão</u>		<u>Duo de Frutas</u> <u>(Banana e Abacate)</u>		<u>Laranja</u>
	-	Bolo - 1 fatia	1 P	Sagu 3 CS (90g) = 50mg	½ P	Melão 1 fatia média (90g) = 25mg	¼ P	Banana Branca 1/2 unidade (20g) = 12,5 mg	1P	Laranja 1 unidade (90g) = 50mg
	PL	Suco de limão feito na unidade – 1 Xicara		-Suco de uva -Açúcar			½ P	Abacate 1 CSch (45g) = 25mg		
	1/3P	Maçã 1 unidade (130 gr) = 16,5 mg	1P	Laranja 1 unidade (90g) = 50mg						
Jantar		<u>Purê de Aipim</u> <u>Legumes refogados</u> <u>(Cenoura e Chuchu)</u> <u>Salada de Pepino</u>		<u>Arroz com Açafrão</u> <u>Couve Refogada</u>		<u>Arroz Integral</u> <u>Aipim Cozido ao Molho</u> <u>Vermelho</u> <u>Salada de Pepino</u>		<u>Caldo de Feijão com</u> <u>Legumes e Arroz</u>		<u>Purê de Aipim ao Molho</u> <u>Vermelho</u> <u>Espinafre Refogado</u> <u>Picadinho</u> <u>Salada de Repolho com</u> <u>Cenoura Ralada</u>
	½ P	Aipim cozido 1 pedaço médio (100g) = 25 mg	1 P	Arroz 3CS (60g) = 50 mg	½ P	Arroz 1 ½ CS (30g) = 25 mg	½ P	Arroz integral 1 ½ CS (30g) = 25 mg		
	¼ P	Cenoura Cozida 1C sopa (25g) = 12,5mg	PL	Açafrão (Livre)	½ P	Aipim cozido 1 pedaços médios (100g) = 25mg	½ P	Couve flor ½ rama (30gr) = 25mg	1 P	Aipim cozido 2 pedaço médio (200g) = 50 mg
	1/6 P	Chuchu Cozido (20g) = 8,30mg	PL	Couve (Livre)	¼ P	Pepino 2CSch (36 g) = 12,5mg	½ P	Cenoura 2C sopa (50g) = 25mg	PL	Espinafre (Livre)
	¼ P	Pepino 2CSch (36 g) = 12,5mg					PL	Couve ou Repolho	PL	Repolho (Livre)
Total de Fenilalanina		<u>74,80mg</u>		<u>150mg</u>		<u>87,50mg</u>		<u>112,50mg</u>		<u>108,30mg</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 MARILENE DOS PASSOS
 Cardápio contendo até de 300mg de Fenilalanina/dia no período de aula
 Referente ao período: 03/06 a 07/06/2019 (18ª Semana)

REFEIÇÃO		DIAS DA SEMANA							
		Segunda-feira		Terça-feira		Quarta-feira		Quinta-feira	
		Sexta-feira							
Lanche da Tarde		<u>Sagu com suco de uva</u> <u>Laranja</u>		<u>Frutas Picadas</u> <u>(Banana, Laranja,</u> <u>Maçã e Melão) com</u> <u>Canela</u>		<u>Caqui</u>		<u>Frutas Picadas</u> <u>(Banana e Laranja)</u> <u>com mel</u>	
1 P	Sagu 3 CS (90g) = 50mg	1 P	Laranja 1 unidade (90g) = 50mg	1/4 P	Banana Branca 1/2 unidade (20g) = 12 mg	1/2 P	Caqui 1 unidade (60g) = 25mg	1/4 P	Banana Branca 1/2 unidade (20g) = 12 mg
	-Suco de uva -Açúcar				1/3 P Laranja 1/3 unidade (30g) = 17 mg				1/3 P Laranja 1/3 unidade (30g) = 17 mg
1P	Laranja 1 unidade (90g) = 50mg	1P		1/4 P	Maçã (97,5g) = 12,5mg	PL		PL	Mel (Livre)
					Melão 1/2 fatia (45g) = 12,50mg				
				PL Canela em Pó					
Jantar		<u>Arroz Integral com</u> <u>Brócolis</u> <u>Salada de Repolho</u> <u>Verde com Repolho</u>		<u>Purê de Aipim com</u> <u>Brócolis</u> <u>Salada de Cenoura</u> <u>Cozida</u>		<u>Arroz Integral</u> <u>Abobrinha Refogada</u> <u>Salada de Brócolis</u>		<u>Arroz Integral</u> <u>Abobrinha com</u> <u>Cenoura Cozida</u>	
1P	Arroz 3CS (60g) = 50mg	1/2 P	Aipim cozido 1 pedaço médio (100g) = 25 mg	1/2 P	Arroz 3CS (60g) = 50mg	1P	Arroz 3CS (60g) = 50mg	1P	Batata Inglesa porção de 105g = 75mg
					1/4 P Abobrinha 1 CSch (22,5g) = 12,5 mg		1/4 P Abobrinha 1 CSch (22,5g) = 12,5 mg		1/4 P Beterraba Cozida 2CSch (20 g) = 12,5mg
1/3P	Brócolis 1CSch (10gr) = 16,5mg	1/3 P	Brócolis 1CSch (10gr) 16,5mg	1/3 P	Brócolis 1 CSch (10gr) = 16,67mg	1/3 P	Brócolis 1 CSch (10gr) = 16,67mg	1/4 P	Cenoura Cozida 1C sopa (25g) = 12,5mg
PL	Repolho Verde (Livre)	1/4 P	Cenoura Cozida 1C sopa (25g) = 12,5mg	1/4 P					
	Repolho Roxo (Livre)								
Total de Fenilalanina		166,50mg		108,00mg		104,17mg		104,0mg	
								137,50mg	

* 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!

Serviço de Alimentação
e
Nutrição Escolar

Nutricionistas

Taciana M. dos S. Duarte CRN 10 3144

CENTRO DE EDUCAÇÃO INFANTIL - JOINVILLE/SC
CARDÁPIO CEI INTEGRAL – FENILCETONÚRIA CEI MARILENE DOS PASSOS
Cardápio contendo até de 300mg de Fenilalanina/dia no período de aula
Referente ao período: 10/06 a 14/06/2019 (19ª Semana)

REFEIÇÃO	DIAS DA SEMANA									
	Segunda-feira		Terça-feira		Quarta-feira		Quinta-feira		Sexta-feira	
Lanche da tarde		<u>Bolo de Laranja</u> <u>Banana</u>		<u>Abacate Picado com Mel</u>		<u>Frutas Picadas (Banana, Melão e Laranja) com mel</u>		<u>Duo de Frutas (Laranja e Maçã)</u>		<u>Maçã</u>
-		Bolo – 1 fatia	1 P	Acabate 2CSch(90g)=50mg					1/3P	Maçã 1 unidade (130g) = 50mg
½ P		Banana Branca 1 unidades média (40g) = 25mg	PL	Mel (Livre)	¼ P	Banana Branca 1/2 unidade (20g) =12 mg	½ P	Laranja 1/2 unidade (45g) para suco =25 mg		
					¼ P	Melão ½ fatia (45g)=12,5mg				
					1/3 P	Laranja 1/3 unidade (30g) =17 mg	1/6P	Maçã ½ unidade (65g) = 8,3mg		
					PL	Mel (Livre)				
Jantar		<u>Purê de Batata Inglesa</u> <u>ao Molho Vermelho</u> <u>Espinafre Refogado</u> <u>Picado</u> <u>Salada de Cenoura</u> <u>Cozida</u>		<u>Purê de Aipim</u> <u>Salada de Brócolis</u> <u>Cozida</u> <u>Salada de Couve-Flor</u> <u>Cozida</u>		<u>Caldo de Feijão com Legumes e Arroz</u>		<u>Arroz Integral</u> <u>Acelga Refogada</u>		<u>Arroz Integral com Açafrão</u> <u>Salada de Tomate</u>
1 ½ P		Batata Inglesa porção de 105g= 75mg	1P	Aipim cozido 2 pedaços médios (200g) = 50mg	-	Caldo de Feijão	1P	Arroz 3CS (60g) = 50 mg	1P	Arroz 3CS (60g) = 50 mg
PL		Espinafre (Livre)	½ P	Brócolis 1 ½ CSch (15gr)=25mg	½ P	Arroz integral 1 ½ CS (30g) = 25 mg	PL	Acelga Refogada (Livre)	PL	Açafrão (Livre)
½ P		Cenoura Cozida 2C sopa (50g) =25mg	1P	Couve-flor 1 ramo médio (60g) = 50mg	½ P	Couve flor ½ rama (30gr)=25mg			¼ P	Tomate ¼ unidade (25g) = 12,5mg
					½ P	Cenoura 2C sopa (50g) =25mg				
					PL	Couve ou Repolho				
Total de Fenilalanina		125mg		175mg		116,50mg		83,30mg		112,50mg

* 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 MARILENE DOS PASSOS

Cardápio contendo até de 300mg de Fenilalanina/dia no período de aula

Referente ao período: 17/06 a 19/06/2019 (20ª Semana)

REFEIÇÃO	DIAS DA SEMANA									
	Segunda-feira		Terça-feira		Quarta-feira		Quinta-feira		Sexta-feira	
Lanche da tarde		<u>Bolo de Maçã, Aveia e Canela Caqui</u>		<u>Frutas Picadas (Banana e Maçã) com Mel</u>		<u>Sagu com suco de uva Maçã</u>				
-		<u>Bolo – 1 fatia</u>	¼ P	Banana Branca 1/2 unidade (20g) = 12 mg	1 P	Sagu 3 CS (90g) = 50mg				
½ P		Caqui 1 unidade (60g) = 25mg	¼ P	Maçã (97,5g) = 12,5mg		-Suco de uva -Açúcar				
			PL	Mel (Livre)	1/3P	Maçã 1 unidade (130 gr) = 16,5 mg				
Jantar		<u>Purê de aipim ao molho vermelho Salada de Repolho verde e roxo</u>		<u>Caldo de Feijão com Legumes e Arroz</u>		<u>Arroz Integral Abobrinha Refogada Salada de Brócolis Salada de Cenoura Cozida</u>				
1P		Aipim cozido 2 pedaços médios (200g) = 50mg	½ P	Caldo de Feijão						
			½ P	Arroz integral 1 ½ CS (30g) = 25 mg	½ P	Arroz 1 ½ CS (30g) = 25 mg				
PL		Repolho Verde e Repolho Roxo (Livre)	½ P	Couve flor ½ rama (30gr)=25mg	¼ P	Abobrinha 1 CSch (22,5g) = 12,5 mg				
			½ P	Cenoura 2C sopa (50g) =25mg	½ P	Brócolis 1 ½ CSch (15gr)=25mg				
			PL	Couve ou Repolho	½ P	Cenoura Cozida 2C sopa (50g) =25mg				
Total de Fenilalanina		75,0mg		99,50mg		154mg				

* 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 ROTULO!