

CENTRO DE EDUCAÇÃO INFANTIL - JOINVILLE/SC

CARDÁPIO CEI INTEGRAL - Ovolactovegetariano

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
Café da manhã	Biscoito Doce ou Salgado Integral Leite com Café Melão	Cereal de Milho com Banana e Leite	Torta Integral de Legumes Suco de Limão (Feito na unidade)** Banana	Pão de Queijo Leite com Café Maçã	Creme de Aveia com Chocolate Caqui
Almoço	<u>SEM CARNE</u> <u>LEGUMES</u> <u>REFOGADOS (CHUCHU E CENOURA)</u> Arroz Integral Polenta Cremosa Feijão Salada de Repolho Verde Salada de Beterraba Cozida Verdura da Horta	<u>SEM CARNE</u> Arroz Integral Batata Inglesa Dourada Feijão Salada de Alface Salada de Couve-flor Cozida Verdura da Horta	Ovos Mexidos Arroz integral Macarrão Integral ao Sugo Feijão Salada de Couve com Laranja Salada de Beterraba Cozida Verdura da Horta	<u>SEM CARNE</u> Arroz Integral Purê de Aipim <u>AO SUGO</u> Lentilha Salada de Abobrinha Salada de Brócolis Cozido Verdura da Horta	Ovos Mexidos Arroz Integral com Açafrão e Salsinha Abóbora Refogada Feijão Salada de Chuchu Cozida Salada de Tomate Verdura da Horta
Lanche da tarde	Bolo de Laranja e Aveia Suco de Uva Maçã	Pão Caseiro de Abóbora com Requeijão Leite com Achocolatado Laranja	Salada de Frutas (Melão, Laranja e Maçã) com Creme de Canela	Duo de Frutas (Banana e Abacate) Creme de Ovos	Canjica Biscoito Doce Integral Laranja
Jantar	<u>SEM CARNE</u> <u>PURÊ DE AIPIM</u> <u>LENTILHA</u> <u>CENOURA COZIDA</u> Salada de Pepino Verdura da Horta	<u>SEM CARNE</u> <u>OVO COZIDO</u> <u>MACARRÃO AO SUGO</u> <u>LEGUMES REFOGADOS (CENOURA, BRÓCOLIS, CHUCHU)</u> Salada de Couve Verdura da Horta	<u>SEM CARNE</u> <u>ARROZ INTEGRAL</u> <u>COM AÇAFRÃO</u> <u>FEIJÃO</u> <u>COUVE REFOGADA</u> Verdura da Horta	<u>SEM CARNE</u> <u>ARROZ INTEGRAL COM AÇAFRÃO</u> <u>FEIJÃO</u> <u>COUVE REFOGADA</u> Verdura da Horta	<u>SEM CARNE</u> Polenta com Aveia e Espinafre <u>LENTILHA</u> Salada de Repolho com Cenoura Ralada Verdura da Horta

*O veganismo é um modo de viver que busca excluir, na medida do possível e praticável, todas as formas de exploração e crueldade contra os animais - seja na alimentação, no vestuário ou em outras esferas do consumo (Sociedade Vegetariana Brasileira).

** Não deve ser ofertado nenhum tipo de carne (peixe, suína, frango, bovina) bem como, produtos derivados.

*** Pode ser ofertados ovos e laticínios, assim como, produtos derivados.

CENTRO DE EDUCAÇÃO INFANTIL - JOINVILLE/SC

CARDÁPIO CEI INTEGRAL - Ovolactovegetariano

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
Café da manhã	Iogurte de Coco com Granola Maçã	Pão Fatiado Integral com Mel Leite com Café Caqui	Pavê de Chocolate Banana	Bolo de Cenoura Leite com Café Maçã	Duo de Fruta (Banana e Maçã) com Creme de Ovos
Almoço	<u>SEM CARNE</u> Arroz Integral Seleta de Legumes (Cenoura e Chuchu) Feijão Salada de Acelga Salada de Beterraba Cozida Verdura da Horta	<u>SEM CARNE</u> Arroz Integral Batata Inglesa com Açafrão Feijão Salada de Tomate Salada de Couve-flor Verdura da Horta	<u>SEM CARNE</u> Arroz Integral Batata Inglesa com Açafrão Lentilha Salada de Couve Salada de Berinjela com Cenoura Verdura da Horta	Ovo Cozido Arroz com Salsinha Macarrão ao Sugo Feijão Salada de Chuchu Salada de Acelga com Tomate Verdura da Horta	<u>SEM CARNE</u> Polenta com Aveia e Orégano Arroz Integral Feijão Salada de Repolho Roxo com Cenoura Salada de Pepino Verdura da Horta
Lanche da tarde	<u>DUO DE FRUTAS (MELÃO E LARANJA) COM CREME DE OVOS</u>	Salada de Frutas (Banana, Maçã, Melão e Laranja) Creme de Canela	Pão Caseiro de Fubá com Queijo Suco de Limão Caqui	Cereal de Milho com Leite e Banana	Pão Fatiado Integral com Requeijão Leite com Café Laranja
Jantar	<u>SEM CARNE</u> <u>OVOS MEXIDOS COM LEGUMES</u> Polenta Cremosa Salada de Repolho Verde com Repolho Roxo Verdura da Horta	<u>SEM CARNE</u> <u>PURÊ DE AIPIM</u> <u>LENTILHA</u> <u>COUVE REFOGADA</u> Verdura da Horta	<u>SEM CARNE</u> Macarrão Integral <u>AO ALHO E ÓLEO</u> <u>ABOBRINHA</u> <u>REFOGADA</u> Salada de Brócolis Verdura da Horta	<u>SEM CARNE</u> <u>ARROZ INTEGRAL</u> Lentilha Salada de Abobrinha com Cenoura Cozida Verdura da Horta	<u>SEM CARNE</u> <u>PURÊ DE BATATA INGLESA</u> Feijão Salada de Beterraba Ralada Verdura da Horta

*O veganismo é um modo de viver que busca excluir, na medida do possível e praticável, todas as formas de exploração e crueldade contra os animais - seja na alimentação, no vestuário ou em outras esferas do consumo (Sociedade Vegetariana Brasileira).

** Não deve ser ofertado nenhum tipo de carne (peixe, suína, frango, bovina) bem como, produtos derivados.

*** Pode ser ofertados ovos e laticínios, assim como, produtos derivados.

CENTRO DE EDUCAÇÃO INFANTIL - JOINVILLE/SC
CARDÁPIO CEI INTEGRAL - Ovolactovegetariano
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
Café da manhã	Biscoito Doce ou Salgado Integral Leite com Café Maçã	Creme de Chocolate com Aveia Banana	Cuca Integral de Banana Batida de Maçã	Canjica Biscoito Doce ou Salgado Integral Caqui	Pão Fatiado Integral com Mel Leite com Café Laranja
Almoço	<u>SEM CARNE</u> Arroz Integral com Açafrão e Salsinha Acelga Refogada Feijão Salada de Beterraba Cozida Salada de Tomate Verdura da Horta	Omelete (com talos de brócolis) Arroz Integral Batata Inglesa Dourada Lentilha Salada de Agrião com Rúcula Salada de Berinjela com Cenoura Verdura da Horta	<u>SEM CARNE</u> Arroz Integral Macarrão Integral Couve Refogada Feijão Salada de Abóbora Salada de Repolho Verde com Repolho Roxo Verdura da Horta	<u>SEM CARNE</u> Arroz Integral Polenta Cremosa Chuchu Gratinado Feijão Salada de Pepino Salada de Abobrinha e Cenoura Cozidas Verdura da Horta	<u>SEM CARNE</u> Arroz Integral Purê de Batata Doce com Inhamé Feijão Salada de Chuchu Salada de Abóbora
Lanche da tarde	Bolo de Laranja Integral Vitamina de Banana com Canela Melão	Pão Massinha com Patê de Abacate Suco de Uva Laranja	Salada de Frutas (Melão, Laranja e Banana) com Creme Branco	Torta Integral de Legumes Leite com Café Banana	Pão de Queijo Leite com Achocolatado Maçã
Jantar	<u>SEM CARNE</u> Polenta com Aveia com Espinafre <u>FEIJÃO</u> Salada de Cenoura Cozida Verdura da Horta	<u>SEM CARNE</u> Macarrão ao Alho e Óleo Salada de Brócolis com Couve-flor Verdura da Horta	<u>SEM CARNE</u> <u>ARROZ INTEGRAL</u> <u>FEIJÃO</u> <u>SALADA DE RÚCULA</u> <u>SALADA DE BETERRABA</u> Verdura da Horta	<u>SEM CARNE</u> Arroz Integral <u>FEIJÃO</u> Salada de Acelga Verdura da Horta	Ovos Mexidos Arroz com Açafrão Lentilha Salada de Tomate Verdura da Horta

*O veganismo é um modo de viver que busca excluir, na medida do possível e praticável, todas as formas de exploração e crueldade contra os animais - seja na alimentação, no vestuário ou em outras esferas do consumo (Sociedade Vegetariana Brasileira).

** Não deve ser ofertado nenhum tipo de carne (peixe, suína, frango, bovina) bem como, produtos derivados.

*** Pode ser ofertados ovos e laticínios, assim como, produtos derivados.

Nutricionistas

CENTRO DE EDUCAÇÃO INFANTIL - JOINVILLE/SC
CARDÁPIO CEI INTEGRAL - Ovolactovegetariano
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
Café da manhã	Cereal de Milho com Leite Melão	Torta Integral de Legumes Leite com Café Laranja	Biscoito Doce ou Salgado Integral Batida de Maçã Banana		
Almoço	<u>SEM CARNE</u> Arroz Integral Farofa de Aveia com Germe de Trigo Feijão Salada de Cenoura Cozida Salada de Pepino Verdura da Horta	<u>SEM CARNE</u> Arroz Integral com Salsinha Batata Inglesa cozida com Açafrão Feijão Salada de Couve-Flor Salada de Alface com Agrião Verdura da Horta	Ovo Cozido Arroz Integral Macarrão ao Sugo Feijão Salada de Alface Salada de Abóbora Cozida Verdura da Horta		
Lanche da tarde	Bolo de Maçã, Aveia e Canela Suco de Limão Caqui	Duo de Frutas (Banana e maçã) com Creme Branco	Pão Massinha com <u>REQUEIJÃO</u> Suco de Uva Laranja	<u>Feriado</u> <u>Corpus Christi</u>	<u>Ponto Facultativo</u>
Jantar	<u>SEM CARNE</u> <u>PURÊ DE AIPIM</u> <u>LENTILHA</u> Salada de Repolho Verde com Repolho Roxo Verdura da Horta	<u>SEM CARNE</u> <u>ARROZ INTEGRAL</u> <u>FEIJÃO</u> Couve Refogada Verdura da Horta	<u>SEM CARNE</u> Polenta Cremosa Lentilha Brócolis e Cenoura Cozida Verdura da Horta		

*O veganismo é um modo de viver que busca excluir, na medida do possível e praticável, todas as formas de exploração e crueldade contra os animais - seja na alimentação, no vestuário ou em outras esferas do consumo (Sociedade Vegetariana Brasileira).

** Não deve ser ofertado nenhum tipo de carne (peixe, suína, frango, bovina) bem como, produtos derivados.

*** Pode ser ofertados ovos e laticínios, assim como, produtos derivados.