

CENTRO DE EDUCAÇÃO INFANTIL - JOINVILLE/SC
CARDÁPIO CEI INTEGRAL – FENILCETONÚRIA (ESPECÍFICO CEI MARILENE DOS PASSOS)
Cardápio contendo até de 300mg de Fenilalanina/dia no período de aula

Referente ao período: 21/10 a 25/10/2019 (36ª Semana)

REFEIÇÃO	DIAS DA SEMANA									
	Segunda-feira		Terça-feira		Quarta-feira		Quinta-feira		Sexta-feira	
Lanche da tarde	<u>Duo de Frutas (Banana e Laranja)</u>		<u>Sagu com suco de uva Laranja</u>		<u>Salada de Frutas (Banana, Melão e Laranja)</u>		<u>Frutas Picadas (Banana e Maçã)</u>		<u>Bolo de Laranja Especial Suco de limão</u>	
	¼ P	Banana Branca 1/2 unidade (20g) =12,5 mg	1 P	Sagu 3 CS (90g) = 50mg	¼ P	Banana Branca 1/2 unidade (20g) =12 mg	¼ P	Banana Branca 1/2 unidade (20g) =12,5 mg	PL	Bolo (1 fatia)
	½ P	Laranja ½ unidade (45g) =25mg		-Suco de uva -Açúcar	¼ P	Melão ½ fatia (45g)=12,5mg	¼ P	Maçã (97,5g) = 12,5mg	PL	Limão (Livre)
			1P	Laranja 1 unidade (90g) =50mg	½ P	Laranja 1/2 unidade (45g) =25mg				
Jantar	<u>Purê de Aipim Salada de Tomate Salada de Beterraba Cozida</u>		<u>Arroz com Açafrão Couve Refogada</u>		<u>Arroz com Salsinha Salada de Cenoura</u>		<u>Purê de Aipim ao Molho Vermelho Espinafre Refogado Picadinho</u>		<u>Arroz Integral Batata Inglesa Dourada Salada de Pepino Salada de Cenoura Cozida</u>	
	½ P	Aipim cozido 1 pedaço médio (100g) = 25 mg	1 P	Arroz 3CS (60g) = 50 mg	1P	Arroz 3CS (60g) = 50 mg	1 P	Aipim cozido 2 pedaço médio (200g) = 50 mg	½ P	Arroz 1 ½ CS (30g) = 25 mg
	½ P	Tomate ½ unidade pequena (50gr) = 25mg	PL	Açafrão (Livre)	PL	Salsa (Livre)	PL	Espinafre (Livre)	1 P	Batata Inglesa ½ Unidade Média (70g) =50mg
	¼ P	Beterraba 2CSch (20 g) =12,5mg	PL	Couve (Livre)	¼ P	Cenoura Cozida 1C sopa (25g) =12,5mg			1/8P	Pepino 1 Cs (18g) = 6,25mg
								¼ P	Cenoura 1CSch (20gr) = 12,5mg	
Total de Fenilalanina		100,00mg		150,00mg		112,00 mg		75,00mg		93,75mg

* 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

Nutricionistas

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

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

Referente ao período: 28/10 a 01/11/2019 (37ª Semana)

REFEIÇÃO	DIAS DA SEMANA									
	Segunda-feira		Terça-feira		Quarta-feira		Quinta-feira		Sexta-feira	
Lanche da Tarde				<u>Bolo de Banana Especial</u> <u>Suco de laranja</u>		<u>Salada de Frutas (Banana, Maçã e Laranja)</u>		<u>Maçã</u>		<u>Frutas Picadas (Banana e Laranja)</u>
			PL	Bolo (1 fatia)	¼ P	Banana Branca 1/2 unidade (20g) =12,5 mg	1/3 P	Maçã 1 unidade (130g) = 16,5mg	¼ P	Banana Branca 1/2 unidade (20g) =12 mg
			½ P	Laranja (1/2 unidade) para suco = 25mg	¼ P	Maçã (97,5g) = 12,5mg	½ P	Laranja 1/2 unidade (45g) =25mg	½ P	Laranja 1/2 unidade (45g) =25mg
Jantar				<u>Arroz Integral com Cenoura</u> <u>Salada de Repolho Verde e Roxo</u>		<u>Purê de Aipim</u> <u>Salada de Beterraba Cozida</u> <u>Salada de Pepino</u>		<u>Sopa de Legumes (Batata Inglesa, Arroz, Cenoura, Couve, Abóbora)</u>		<u>Purê de Batata Inglesa</u> <u>Salada de Beterraba Cozida</u>
			½ P	Arroz integral 1 1/2 CS (30g)=25mg	1P	Aipim cozido 2 pedaços médios (200g) = 50mg	½ P	Cenoura 2C sopa (50g) =25mg	1½P	Batata Inglesa porção de 105g= 75mg
			½ P	Cenoura 2C sopa (50g) =25mg	¼ P	Beterraba Cozida 2CSch (20 g) =12,5mg	1 P	Batata Inglesa ½ Unidade Média (70g) =50mg	¼ P	Beterraba Cozida 2CSch (20 g) =12,5mg
			PL	Repolho Verde e Roxo (Livre)	¼ P	Pepino 2CSch (36 g) =12,5mg	PL	Couve Manteiga (Livre) Repolho (Livre)		
							½ P	Arroz integral 1 1/2 CS (30g)=25mg		
								½ P	Abóbora Cozida 1CSch (36 g) =25mg	
Total de Fenilalanina				75.00mg		125.00mg		141.50mg		124.50

* 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 (ESPECÍFICO CEI MARILENE DOS PASSOS)

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

Referente ao período: 04/11 a 08/11/2019 (38ª Semana)

REFEIÇÃO	DIAS DA SEMANA									
	Segunda-feira		Terça-feira		Quarta-feira		Quinta-feira		Sexta-feira	
Lanche da tarde	<u>Bolo de Cenoura Especial Suco de Limão Melão</u>		<u>Sagu com suco de uva Laranja</u>		<u>Salada de Frutas (Banana, Maçã e Laranja)</u>		<u>Duo de Frutas (Maçã e Laranja)</u>		<u>Maçã</u>	
	PL	Bolo (1 fatia)	1 P	Sagu 3 CS (90g) = 50mg	¼ P	Banana Branca 1/2 unidade (20g) = 12 mg	¼ P	Maçã (97,5g) = 12,5mg	1/3P	Maçã 1 unidade (130g) = 17mg
	PL	Limão		-Suco de uva -Açúcar	¼ P	Maçã (97,5g) = 12,5mg	½ P	Laranja 1/2 unidade (45g) = 25mg		
	½ P	Melão 1 fatia (90g) = 25mg	½ P	Laranja ½ unidade (45g) = 25mg	½ P	Laranja 1/2 unidade (45g) = 25mg				
Jantar	<u>Arroz Integral Salada de Repolho com Tomate</u>		<u>Sopa de Legumes (Batata Inglesa, Arroz, Cenoura, Vagem)</u>		<u>Purê de aipim ao molho vermelho Salada de tomate</u>		<u>Arroz Integral Salada de Vagem</u>		<u>Aipim ao Molho Vermelho Salada de Cenoura Cozida</u>	
	½ P	Arroz 1 ½ CS (30g) = 25 mg	½ P	Cenoura 2C sopa (50g) = 25mg	1P	Aipim cozido 2 pedaços médios (200g) = 50mg	½ P	Arroz 1 ½ CS (30g) = 25 mg	1 P	Aipim cozido 2 pedaços médios (200g) = 50mg
	PL	Repolho Verde (Livre)	1 P	Batata Inglesa ½ Unidade Média (70g) = 50mg	¼ P	Tomate 1/3 und. pequena (34g) = 17mg	½ P	Vagem 2 CSch (40g) = 25mg	1/8P	Cenoura Cozida ½ C sopa (12,5g) = 6,25mg
	1/3 P	Tomate 1/3 und. pequena (34g) = 17mg	1/4 P	Vagem cozida 1 CSch (20g) = 12,5mg						
		½ P	Arroz integral 1 1/2 CS (30g) = 25mg							
Total de Fenilalanina	<u>67,00mg</u>		<u>187,50mg</u>		<u>116,50mg</u>		<u>87,50 mg</u>		<u>73,25mg</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 (ESPECÍFICO CEI MARILENE DOS PASSOS)

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

Referente ao período: 11/11 a 15/11/2019 (39ª Semana)

REFEIÇÃO	DIAS DA SEMANA								
	Segunda-feira		Terça-feira		Quarta-feira		Quinta-feira		Sexta-feira
Lanche da tarde		<u>Bolo de Laranja Especial Suco de Limão Maçã</u>		<u>Salada de Frutas (Banana, Maçã e Laranja)</u>		<u>Sagu com suco de uva Laranja</u>		<u>Banana picada com canela</u>	
	PL	Bolo (1 fatia)	¼ P	Banana Branca 1/2 unidade (20g) =12 mg	1 P	Sagu 3 CS (90g) = 50mg -Suco de uva -Açúcar	½ P	Banana Branca 1 unidades média (40g) = 25mg	
	PL	Limão (Livre)	¼ P	Maçã (97,5g) = 12,5mg			-	Canela em Pó	
	1/3P	Maçã 1 unidade (130g) =16,67mg	½ P	Laranja 1/2 unidade (45g) =25mg	1P	Laranja 1 unidade (90g) =50mg			
Jantar		<u>Arroz Integral Salada de Beterraba</u>		<u>Arroz Integral Espinafre refogado Vagem Cozida</u>		<u>Arroz integral Salada de Repolho verde e Cenoura</u>		<u>Sopa de Legumes (Batata Inglesa, Arroz, Cenoura, Vagem)</u>	
	½ P	Arroz 1 ½ CS (30g) = 25 mg	½ P	Arroz 1 ½ CS (30g) = 25 mg	½ P	Arroz 1 ½ CS (30g) = 25 mg	½ P	Cenoura 2C sopa (50g) =25mg	
	¼ P	Beterraba Cozida 2CSch (20 g) =12,5mg	PL	Espinafre (Livre)	PL	Repolho Verde e Repolho Roxo (Livre)	1 P	Batata Inglesa ½ Unidade Média (70g) =50mg	
			¼ P	Vagem cozida 1 CSch (20g) = 12,5mg	1/6 P	Cenoura 1 CSch (12g) = 8,3 mg	1/4 P	Vagem cozida 1 CSch (20g) = 12,5mg	
						½ P	Arroz integral 1 1/2 CS (30g)=25mg		
Total de Fenilalanina		54,17mg		87,00		133,33 mg		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!