

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: 18/11 a 22/11/2019 (40ª Semana)

REFEIÇÃO	DIAS DA SEMANA									
	Segunda-feira		Terça-feira		Quarta-feira		Quinta-feira		Sexta-feira	
Lanche da tarde	1 P	<u>Melancia</u> Melancia 1 fatia (100g) = 50mg	½ P	<u>Creme feito com Banana Picada com Canela</u> Banana Branca 1 unidades média (40g) = 25mg	¼ P	<u>Duo de Frutas (Melão e Laranja)</u> Melão ½ fatia (45g)=12,5mg			1 P	<u>Laranja</u> Laranja (1 unidade) = 50mg
						½ P				Laranja 1/2 unidade (45g) =25mg
Jantar	1 P	<u>Arroz com Açafrão Salada de Beterraba Cozida</u> Arroz 3CS (60g) = 50 mg	1 P	<u>Arroz Colorido (com Brocolis e Cenoura) Salada de Acelga</u> Arroz 3CS (60g) = 50 mg	1P	<u>Arroz com Tempero Verde Salada de Chuchu Cozido</u> Arroz 3CS (60g) = 50 mg			1 P	<u>Arroz Salada de Pepino Salada de Cenoura Cozida</u> Arroz 3CS (60g) = 50 mg
		PL		Açafrão (Live)		1/3P				Brócolis 1 CSch (10gr)=16,67mg
	¼ P	Beterraba Cozida 1CSch (20 g)=12,5mg	¼ P	Cenoura 1C sopa (25g) =12,5mg	1/3P	Chuchu 2CSch (40 g) =17mg			¼ P	Cenoura 1C sopa (25g) =12,5mg
			PL	Acelga (Livre)						
Total de Fenilalanina		112,50mg		104,17mg		104,50mg				125,00mg

* 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: 25/11 a 29/11/2019 (41ª Semana)

REFEIÇÃO	DIAS DA SEMANA									
	Segunda-feira		Terça-feira		Quarta-feira		Quinta-feira		Sexta-feira	
Lanche da Tarde	<u>Frutas Picadas (Banana e Maçã)</u>		<u>Maçã</u>		<u>Duo de Frutas (Melão e Banana)</u>		<u>Banana picada com canela</u>		<u>laranja</u>	
	¼ P	Banana Branca 1/2 unidade (20g) =12,5 mg	1/3P	Maçã 1 unidade (130g) = 17mg	¼ P	Melão 1 fatia (45g)=12,5mg	½ P	Banana Branca 1 unidades média (40g) = 25mg	1 P	Laranja 1 unidade (90g) =50mg
	¼ P	Maçã (97,5g) = 12,5mg			¼ P	Banana Branca 1/2 unidade (20g) =12,5 mg	-	Canela em Pó		
Jantar	<u>Arroz Integral Salada de Chuchu Salada de Repolho</u>		<u>Arroz com Açafrão Couve Refogada</u>		<u>Arroz Integral Cenoura Refogada</u>		<u>Arroz com Salsinha Salada de Repolho</u>		<u>Purê de Aipim ao Molho Acelga Refogada Picada</u>	
	1P	Arroz 3CS (60g) = 50mg	1 P	Arroz 3CS (60g) = 50mg	1 P	Arroz 3CS (60g) = 50mg	1P	Arroz 3CS (60g) = 50mg	1P	Aipim cozido 2 pedaços médios (200g) = 50 mg
	1/3P	Chuchu 2CSch (40 g) =17mg	PL	Açafrão (Livre)	¼ P	Cenoura 1C sopa (25g) =12,5mg	PL	Salsinha (Livre)	PL	Acelga Refogada
	PL	Repolho Roxo (Livre)	PL	Couve Refogada (livre)			PL	Repolho (Livre)		
Total de Fenilalanina		92,00mg		67,00mg		87,50mg		75,00mg		100,00mg

* 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: 02/12 a 06/12/2019 (42ª Semana)

REFEIÇÃO	DIAS DA SEMANA													
	Segunda-feira		Terça-feira		Quarta-feira		Quinta-feira		Sexta-feira					
Lanche da tarde	1 P	<u>Banana Assada com Canela</u> Banana Nanica 1 unidades média (80g) = 50mg Canela em Pó	1 P	<u>Sagu com suco de uva</u> Sagu 3 CS (90g) =50mg -Suco de uva -Açúcar	¼ P	<u>Salada de Frutas (Banana, Maçã e Laranja)</u> Banana Branca 1/2 unidade (20g) =12 mg	¼ P	Maçã (97,5g) = 12,5mg	½ P	Laranja 1/2 unidade (45g) =25mg	1 P	<u>Melancia</u> Melancia 1 fatia (100g) = 50mg	1 P	<u>Pão com Doce de Banana (Pronto) Suco de Uva</u> Pão trazido de casa =50mg
Jantar	1 P	<u>Arroz Integral Salada de Repolho Verde e Roxo</u> Arroz 3CS (60g) = 50 mg	1P	<u>Purê de Aipim ao Molho Vermelho Salada de Brócolis com Cenoura Cozida</u> Aipim cozido 2 pedaços médios (200g) = 50 mg	1 P	<u>Arroz Integral Couve –flor cozida</u> Arroz 3CS (60g) = 50 mg	1 P	Couve-flor 1 ramo (60g)=50mg	1P	<u>Arroz Integral com Tempero Verde Salada de Chuchu Salada de Pepino</u> Arroz 3CS (60g) = 50 mg	1 P	<u>Arroz Integral Salada de Beterraba Cozida</u> Arroz 3CS (60g) = 50 mg	¼ P	Beterraba Cozida 1CSch (20 g)=12,5mg
	PL	Repolho Verde, Repolho Roxo (Livre)	½ P	Brócolis 1 ½ CSch (15gr)=25mg					PL	Tempero Verde (Livre)				
			¼ P	Cenoura 1C sopa (25g) =12,5mg					1/3P	Chuchu 2CSch (40 g) =17mg				
									¼ P	Pepino 2 CSch (36gr)=12,5mg				
Total de Fenilalanina		100,00mg		137,50mg		149,50mg		129,50mg		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 (ESPECÍFICO CEI MARILENE DOS PASSOS)

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

Referente ao período: 09/12 a 13/12/2019 (43ª Semana)

REFEIÇÃO	DIAS DA SEMANA									
	Segunda-feira		Terça-feira		Quarta-feira		Quinta-feira		Sexta-feira	
Lanche da tarde	1 P	<u>Melancia</u> Melancia 1 fatia (100g) = 50mg	1 P	<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)	1 P	<u>Sagu com suco de uva</u> Sagu 3 CS (90g) = 50mg -Suco de uva -Açúcar	1/3 P	<u>Maçã</u> Maçã 1 unidade (130g) = 16,5mg	1/2 P	<u>Banana picada com canela</u> Banana Branca 1 unidades média (40g) = 25mg Canela em Pó
Jantar	1P	<u>Arroz Integral</u> <u>Salada de Pepino</u> <u>Salada de Beterraba Cozida</u> Arroz 3CS (60g) = 50 mg Pepino 2 CSch (36gr)=12,5mg	1P	<u>Arroz com Vagem</u> <u>Salada de Cenoura Ralada</u> Arroz 3CS (60g) = 50 mg Vagem Cozida 1 CSch (20g) = 12,5mg Cenoura 1C sopa (25g) =12,5mg	1 P	<u>Purê de Aipim</u> <u>Couve Refogada</u> Aipim cozido 2 pedaços médios (200g) = 50 mg Couve (Livre)	1/2 P	<u>Batata Inglesa com Açafrão</u> <u>Salada de Tomate</u> <u>Salada de Pepino</u> Batata Inglesa porção de 35gr = 25mg Tomate 1/3 und. pequena (34g) = 17mg Pepino 2 CSch (36gr)=12,5mg	1P	<u>Arroz Integral</u> <u>Salada de Beterraba Cozida</u> Arroz 3CS (60g) = 50 mg Beterraba Cozida 1CSch (20 g) =12,5mg
Total de Fenilalanina		125,00mg		167,00mg		100,00mg		71,00mg		87,50mg

* 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 (ESPECÍFICO CEI MARILENE DOS PASSOS)

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

Referente ao período: 16/12 a 17/12/2019 (44ª Semana)

REFEIÇÃO	DIAS DA SEMANA									
	Segunda-feira		Terça-feira		Quarta-feira		Quinta-feira		Sexta-feira	
Lanche da tarde	¼ P	<u>Frutas Picadas (Banana e Laranja)</u> Banana Branca 1/2 unidade (20g) = 12 mg	½ P	<u>Banana picada com canela</u> Banana Branca 1 unidades média (40g) = 25mg						
	½ P	Laranja 1/2 unidade (45g) = 25mg	-	Canela em Pó						
Jantar	1P	<u>Arroz Integral Salada de Beterraba Cozida</u> Arroz 3CS (60g) = 50 mg	1P	<u>Purê de Aipim Couve Refogada Picada</u> Aipim cozido 2 pedaços médios (200g) = 50 mg						
	¼ P	Beterraba Cozida 2CSch (20 g) = 12,5mg	PL	Couve Refogada (Livre)						
Total de Fenilalanina		99,50mg		75,00mg						

* 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!