

CENTRO DE EDUCAÇÃO INFANTIL - JOINVILLE/SC
CARDÁPIO CEI INTEGRAL – FENILCETONÚRIA (ESPECÍFICO CEI MARILENE DOS PASSOS)
Cardápio contendo até de 150mg de Fenilalanina/dia no período de aula

Referente ao período: 03/02 a 07/02/2020 (1ª Semana)

REFEIÇÃO	DIAS DA SEMANA				
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE VESPERTINO			<u>Bolo Simples de Banana</u> <u>Suco de Laranja</u> <u>Abacaxi</u>	<u>Arroz Colorido (com</u> <u>Brocolis e Cenoura)</u> <u>Salada de Beterraba</u> <u>Cozida</u>	<u>Sagu com suco de uva</u> <u>Melancia</u>
			PL Bolo Simples 1 Fatia (Livre) PL Suco de Laranja (Livre) ½ P Abacaxi 1 Fatia (75gr)=25mg	1 P Arroz 3CS (60g) = 50 mg 1/3P Brócolis 1 CSch (10gr)=16,67mg ¼ P Cenoura 1C sopa (25g) =12,5mg ¼ P Beterraba Cozida 1CSch (20 g) =12,5mg	1 P Sagu 3 CS (90g)= 50mg -Suco de uva -Açúcar 1 P Melancia 1 fatia (100g) = 50mg
Total de Fenilalanina			<u>25mg</u>	<u>91,67 mg</u>	<u>100 mg</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 150mg de Fenilalanina/dia no período de aula

Referente ao período: 10/02 a 16/02/2020(2ª Semana)

REFEIÇÃO	DIAS DA SEMANA									
	Segunda-feira		Terça-feira		Quarta-feira		Quinta-feira		Sexta-feira	
LANCHE VESPERTINO	<u>Bolo Simples de Cenoura</u> <u>Suco de Maracujá</u> <u>Maçã</u>		<u>Arroz com Açafrão</u> <u>Caldo de Feijão</u> <u>Salada de Beterraba</u> <u>Cozida</u> <u>Laranja</u>		<u>Panqueca de Aipim com Recheio de Mel</u> <u>Suco de Laranja</u> <u>Melão</u>		<u>Arroz Integral com Salsa</u> <u>Batata doce cozida</u> <u>Salada de Brócolis</u> <u>Salada de Alface com Tomate</u>		<u>Salada de Frutas</u> <u>(Banana, Maçã, Mamão e Laranja)</u>	
	PL	Bolo Simples 1 Fatia (Livre)	1 P	Arroz 3CS (60g) = 50mg	1 P	Aipim cozido 2 pedaços médios (200g) = 50 mg	1 P	Arroz 3CS (60g) = 50 mg	¼ P	Banana Branca 1/2 unidade (20g) =12 mg
	PL	Suco de Maracujá (Livre)	PL	Açafrão (Livre)	PL	Mel (Livre)	PL	Salsa (Live)	¼ P	Maçã (97,5g) = 12,5mg
	1/3P	Maçã 1 unidade (130g) = 17mg	PL	Caldo de Feijão	PL	Suco de Laranja (Livre)	½ P	Brócolis 1 ½ CSch (15gr) 25mg	½ P	Mamão ½ fatia (80 g) = 25mg
		¼ P	Beterraba Cozida 1CSch (20 g) =12,5mg	½ P	Melão 1 fatia (90g) = 25mg	PL	Alface (Livre)	½ P	Laranja 1/2 unidade (45g) =25mg	
		1 P	Laranja 1 unidade (90g) =50mg			¼ P	Tomate 1/3 und. pequena (34g) = 17mg			
Total de Fenilalanina		<u>17mg</u>		<u>112,50mg</u>		<u>75mg</u>		<u>92mg</u>		<u>74,50mg</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 150mg de Fenilalanina/dia no período de aula
Referente ao período: 17/02 a 21/02/2020 (3ª Semana)

REFEIÇÃO	DIAS DA SEMANA					
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira	
LANCHE VESPERTINO		<u>Panqueca de Aipim com Recheio de Legumes Refogados</u>	<u>Purê de Batata Inglesa</u> <u>Caldo de Feijão</u> <u>Salada de Alface com Tomate</u> <u>Salada de Cenoura Cozida</u>	<u>Sagu com suco de uva</u> <u>Banana</u>	<u>Arroz Integral</u> <u>Abóbora Refogada</u> <u>Salada de Brócolis Cozida</u>	<u>Salada de Frutas (Banana, Maçã, Goiaba e Laranja)</u>
	½ P	Aipim cozido 1 pedaços médios (100g) = 25 mg		1 P Sagu 3 CS (90g) = 50mg		¼ P Banana Branca 1/2 unidade (20g) =12,5 mg
	¼ P	Vagem Cozida 1 CSch (20g) = 12,5mg	2 P Batata Inglesa 1 unidade (140g) =100mg	½ P	½ P Arroz 1 ½ CS (30g) = 25mg	¼ P Maçã (97,5g) = 12,5mg
	¼ P	Cenoura 1C sopa (25g) =12,5mg	PL Caldo de Feijão (Livre)		½ P Abóbora Cozida 1CSch (36 g) =25mg	¼ P Goiaba ¼ de unidade (30gr)=12,5mg
	PL	Temperos (Cebola, Alho, Cebolinha) Livre	PL Alface (Livre)	½ P	½ P Brócolis 1 ½ CSch (15gr) 25mg	¼ P Laranja 1/2 unidade (45g) =25mg
		¼ P Tomate 1/3 und. pequena (34g) = 17mg			½ P	
		¼ P Cenoura 1C sopa (25g) =12,5mg				
Total de Fenilalanina		<u>50mg</u>	<u>129,50mg</u>	<u>75mg</u>	<u>75mg</u>	<u>62,50mg</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 150mg de Fenilalanina/dia no período de aula

Referente ao período: 24/02 a 28/02/2020 (4ª Semana)

REFEIÇÃO	DIAS DA SEMANA				
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE VESPERTINO			<u>Panqueca de Aipim com Recheio de Banana Grelhada Suco de Laranja Melão</u>	<u>Arroz com Açafrão Couve Refogada Salada de Couve-Flor Laranja</u>	<u>Bolo Simples de Cenoura Suco de Laranja Maçã</u>
			1 P Aipim cozido 2 pedaços médios (200g) = 50 mg	1P Arroz 3CS (60g) = 50 mg	PL Bolo Simples 1 Fatia
			½ P Banana Branca 1 unidades média (40g) = 25mg	PL Açafrão (Livre)	PL Suco de Laranja (Livre)
			PL Suco de Laranja (Livre)	PL Couve Refogada (Livre)	1/3P Maçã 1 unidade (130g) = 17mg
			½ P Melão 1 fatia (90g) = 25mg	1P Couve flor 1 rama (60gr)=50mg	
Total de Fenilalanina			<u>100mg</u>	<u>100mg</u>	<u>17mg</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!



Nutricionistas

