

CENTRO DE EDUCAÇÃO INFANTIL - JOINVILLE/SC
CARDÁPIO CEI INTEGRAL – APLV, ALERGIA À SOJA E ALERGIA AO OVO
 Referente ao período: 05/03 à 09/03 (5ª Semana)

REFEIÇÃO	DIAS DA SEMANA				FERIADO
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	
Café da manhã	<u>MACÃ E LARANJA PICADAS COM CANELA</u>	<u>ABACAXI EM CALDA</u>	<u>MAMÃO E BANANA PICADOS</u>	<u>MELANCIA</u>	
Almoço	<u>ISCA BOVINA ENSOPADA</u> Arroz integral colorido Feijão Abóbora refogada Salada de acelga Salada de beterraba cozida Verduras da horta	<u>FILE DE TILÁPIA ASSADO OU ISCA BOVINA ENSOPADA</u> Arroz integral Feijão Batata sauté Salada de abobrinha cozida Salada de cenoura cozida Verduras da horta	Isclas bovinas ensopadas Feijão Aipim cozido Salada de vagem cozida Salada de beterraba ralada Verduras da horta	Isclas bovinas refogadas Feijão Purê de inhame FEITO SEM LEITE Salada de repolho verde Salada de tomate Verduras da horta	
Lanche da tarde	<u>SALADA DE FRUTAS (ABACAXI, MELÃO, LARANJA E MACÃ)</u>	<u>BANANA E LARANJA PICADAS COM CANELA</u>	Salada de frutas (banana, mamão, laranja e pêra) salpicadas com canela	<u>MACÃ PICADA COM CANELA</u>	
Jantar	Carreteiro Salada de pepino	<u>ISCAS BOVINAS AO MOLHO ARROZ INTEGRAL</u> Salada de tomate	<u>ISCAS BOVINAS AO MOLHO ARROZ COM BRÓCOLIS</u> Salada de alface com rúcula	Vaca atolada Salada de cenoura ralada	

Lembre-se : Não deve ser utilizado liquidificador para o preparo de bolos, sucos , tortas e patês.

VERIFICAR A EMBALAGEM DO ÓLEO DE GIRASSOL. Se houver traços de soja não utilizar para este cardápio, sendo assim fazer as preparações sem óleo.

CENTRO DE EDUCAÇÃO INFANTIL - JOINVILLE/SC
CARDÁPIO CEI INTEGRAL – APLV, ALERGIA À SOJA E ALERGIA AO OVO
 Referente ao período: 12/03 à 16/03 (6ª Semana)

REFEIÇÃO	DIAS DA SEMANA				
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Café da manhã	<u>MACÃ E LARANJA PICADOS</u>	<u>MACÃ PICADA COM CANELA</u>	Salada de frutas (mamão, banana, manga, maçã) salpicada com canela	<u>BANANA BRANCA PICADA COM CANELA</u>	<u>SALADA DE FRUTAS (MAMÃO, LARANJA, PÊRA) SALPICADA COM CANELA</u>
Almoço	Iscas bovinas com legumes Feijão <u>ARROZ INTEGRAL</u> Salada de beterraba ralada Salada de pepino Verduras da horta	<u>FILÉ DE TILÁPIA REFOGADO</u> Arroz integral Feijão Cenoura refogada Salada de repolho verde e roxo Salada de tomate Verduras da horta	Iscas bovinas ao molho Arroz integral Feijão Couve refogada Salada de abobrinha Salada de brócolis cozida Verduras da horta	<u>ISCAS BOVINAS AO MOLHO</u> Arroz integral Feijão Acelga refogada Salada de beterraba cozida Salada de tomate Verduras da horta	Iscas ao molho Feijão Aipim cozido Salada de cenoura Salada de couve flor cozida Verduras da horta
Lanche da tarde	<u>MELÃO COM CANELA</u>	<u>SALADA DE FRUTAS (MAMÃO, BANANA, MACÃ)</u>	<u>GOIABA E LARANJA PICADAS</u>	<u>FRUTAS PICADAS (MELANCIA, LARANJA E MACÃ)</u>	<u>LARANJA E PÊRA PICADAS</u>
Jantar	Peixe Ensopado (Filé de Tilápia) Purê de aipim <u>FEITO SEM LEITE</u> Salada de abóbora	Escondidinho de aipim Salada de agrião com alface	<u>ARROZ INTEGRAL</u> <u>ISCAS BOVINAS AO MOLHO</u> Salada de cenoura ralada	Carreteiro Salada de abobrinha cozida	<u>ISCA BOVINA AO MOLHO</u> <u>ARROZ INTEGRAL</u> Salada de acelga

Lembre-se : Não deve ser utilizado liquidificador para o preparo de bolos, sucos , tortas e patês.

VERIFICAR A EMBALAGEM DO ÓLEO DE GIRASSOL. Se houver traços de soja não utilizar para este cardápio, sendo assim fazer as preparações sem óleo.

CENTRO DE EDUCAÇÃO INFANTIL - JOINVILLE/SC
CARDÁPIO CEI INTEGRAL – APLV, ALERGIA À SOJA E ALERGIA AO OVO
 Referente ao período: 19/03 à 23/03 (7ª Semana)

REFEIÇÃO	DIAS DA SEMANA				
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Café da manhã	<u>LARANJA E MACÃ PICADOS COM CANELA</u>	Salada de frutas (banana, maçã, laranja, mamão) salpicada com canela	<u>ABACAXI EM CALDA</u>	<u>MELANCIA</u>	<u>SALADA DE FRUTAS (MAMÃO, LARANJA, CAQUI E MACÃ)</u>
Almoço	<u>ISCA BOVINA OU FRANGO ENSOPADO</u> Arroz integral Feijão Abóbora refogada Salada de cenoura ralada Salada de pepino Verduras da horta	Iscas aceboladas Feijão <u>ARROZ INTEGRAL</u> Salada de alface Salada de beterraba cozida Verduras da horta	Guisado Arroz integral Feijão <u>SEM BERINJELA</u> Salada de repolho verde Salada de tomate Verduras da horta	<u>ISCA BOVINA OU FRANGO ENSOPADO</u> Arroz integral Feijão Couve refogada Salada de cenoura ralada Salada de beterraba cozida Verduras da horta	Carne moída com couve-flor Feijão Aipim ao forno Salada de acelga com laranja Salada de tomate Verduras da horta
Lanche da tarde	<u>MACÃ PICADA COM CANELA</u>	<u>MAMÃO E BANANA PICADOS</u>	<u>LARANJA E PÊRA PICADAS COM CANELA</u>	<u>SALADA DE FRUTAS (MAMÃO, MACÃ, LARANJA E BANANA) BISCOITO DOCE INTEGRAL</u>	<u>BANANA PICADA COM CANELA</u>
Jantar	Vaca atolada Salada de cenoura ralada	<u>ARROZ INTEGRAL</u> <u>CARNE MOÍDA AO MOLHO</u> Salada de abobrinha ralada	Escondidinho de aipim Salada verde (alface + rúcula)	<u>ARROZ INTEGRAL</u> <u>CARNE BOVINA COM BRÓCOLIS</u> Salada de abóbora cozida	Carreteiro Salada de pepino

Lembre-se : Não deve ser utilizado liquidificador para o preparo de bolos, sucos , tortas e patês.

VERIFICAR A EMBALAGEM DO ÓLEO DE GIRASSOL. Se houver traços de soja não utilizar para este cardápio, sendo assim fazer as preparações sem óleo.

CENTRO DE EDUCAÇÃO INFANTIL - JOINVILLE/SC
CARDÁPIO CEI INTEGRAL – APLV, ALERGIA À SOJA E ALERGIA AO OVO
Referente ao período: 26/03 à 30/03 (8ª Semana)

REFEIÇÃO	DIAS DA SEMANA				
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Café da manhã	<u>MELÃO</u>	<u>BANANA E LARANJA PICADAS</u>	<u>MELANCIA E BANANA PICADOS</u>	<u>BANANA BRANCA PICADA COM CANELA</u>	FERIADO
Almoço	Iscas bovinas com inhame Feijão Batata doce cozida Salada de pepino Salada de cenoura cozida Verduras da horta	Carne moída com berinjela Feijão <u>ARROZ INTEGRAL</u> Salada de tomate Salada de couve com laranja Verduras da horta	Peixe a escabeche(<u>FEITO COM FILÉ DE TILÁPIA</u>) Arroz integral Feijão Aipim ao forno Salada de cenoura cozida Salada de repolho verde e roxo Verduras da horta	<u>ISCAS OU FRANGO AO MOLHO</u> Arroz integral Feijão Abóbora refogada Salada de beterraba ralada Salada de alface Verduras da horta	
Lanche da tarde	<u>ABACAXI EM CALDA</u>	Salada tropical (banana, mamão, laranja, abacaxi) com canela	<u>FRUTAS PICADAS (ABACAXI, MACÃ) COM CANELA</u>	<u>SALADA DE FRUTAS (ABACAXI, CAQUI, MACÃ, BANANA)</u>	
Jantar	<u>ARROZ INTEGRAL</u> Carne moída ao molho Salada de beterraba cozida	Escondidinho de aipim Salada de acelga	Madalena <u>FEITA SEM LEITE</u> Salada de couve-flor cozida	<u>ARROZ INTEGRAL CARNE MOÍDA ENSOPADA</u> Salada de agrião com alface	

Lembre-se : Não deve ser utilizado liquidificador para o preparo de bolos, sucos , tortas e patês.

VERIFICAR A EMBALAGEM DO ÓLEO DE GIRASSOL. Se houver traços de soja não utilizar para este cardápio, sendo assim fazer as preparações sem óleo.