

CENTRO DE EDUCAÇÃO INFANTIL - JOINVILLE/SC
CARDÁPIO CEI INTEGRAL – FENILCETONÚRIA CEI AMANDOS FINDER
Cardápio contendo até de 300mg de Fenilalanina/dia no período de aula
Referente ao período: 01/04 à 05/04/2019 (9ª Semana)

REFEIÇÃO	DIAS DA SEMANA									
	Segunda-feira		Terça-feira		Quarta-feira		Quinta-feira		Sexta-feira	
Café da Manhã		<u>Biscoito</u> <u>Suco de laranja</u> <u>Banana</u>		<u>Duo de Frutas</u> <u>(Banana e Laranja)</u> <u>com Canela</u>		<u>Laranja</u>		<u>Pão com Mel</u> <u>Suco de Abacaxi</u>		<u>Abacaxi em Rodelas com</u> <u>Mel e Canela</u>
	1 P	Biscoito trazido de casa = 50mg	1 P	Banana Caturra 1 unidade (80gr) = 50mg	1 P	Laranja 1 unidade pequena (90g) = 50mg	1 P	Pão trazido de casa = 50mg	½ P	Abacaxi 1 fatia média (75g) = 25mg
	½ P	Laranja (1/2 unidade) para suco = 25mg	½ P	Laranja (1/2 unidade) para suco = 25mg			PL	Mel (Livre)	PL	Mel (Livre)
	1 P	Banana Caturra 1 unidade (80gr) = 50mg	PL	Canela			¼ P	Abacaxi 1 porção de 37,5g (para suco) = 12,5mg	PL	Canela(Livre)
Almoço		<u>Arroz com Tempero Verde da Horta</u> <u>Cenoura Refogada</u> <u>Salada de Alface</u>		<u>Arroz Parboilizado</u> <u>Brócolis Cozido</u> <u>Salada de Tomate</u>		<u>Purê de Aipim ao Sugo</u> <u>Salada de Cenoura cozida</u> <u>Pepino</u>		<u>Arroz Parboilizado com Acafrão</u> <u>Couve Manteiga Refogada</u> <u>Abobrinha Ralada</u>		<u>Arroz Integral ao Molho Vermelho</u> <u>Farofa com Cenoura</u> <u>Salada de Beterraba Cozida</u>
	1 P	Arroz 3CS (60g) = 50 mg	1 P	Arroz 3CS (60g) = 50 mg	1 P	Aipim cozido 2 pedaços médios (200g) = 50 mg	1 P	Arroz 3CS (60g) = 50 mg	1 P	Arroz 3CS (60g) = 50 mg
	PL	Tempero Verde (Livre)	2/3P	Brócolis 2CSch (20gr) 34mg	½ P	Cenoura 2CSch (50gr) = 25mg	PL	Acafrão (Livre)	1/6P	Farinha de Mandioca 1 CSch (16g) = 8,34mg
	¼ P	Cenoura Cozida 1C sopa (25g) = 12,5mg	½ P	Tomate ½ und. pequena (50g) = 25mg	¼ P	Pepino 2CSch (36 g) = 12,5mg	PL	Couve Manteiga (Livre)	1/12 P	Cenoura Crua ½ C sopa (6g) = 4,16mg
	PL	Alface (Livre)					¼ P	Abobrinha 1 CSch (22,5g) = 12,5 mg	¼ P	Beterraba Cozida 1CSch (20 g) = 12,5mg

Lanche da tarde	1 P	<u>Sagu com suco de uva</u> Sagu 3 CS (90g) = 50mg -Suco de uva -Açúcar	1 P	<u>Purê de Aipim(Sem Leite) com Legumes Refogados</u> Aipim cozido 2 pedaços médios (200g) = 50 mg ¼ P Cenoura 1CS (25g) = 12,5mg ¼ P Abobrinha 1 CSch (22,5g) = 12,5 mg	1 P	<u>Sagu com suco de uva</u> Sagu 3 CS (90g) = 50mg -Suco de uva -Açúcar	½ P	<u>Aipim em Palito Assado Suco de Laranja</u> Aipim cozido 1 pedaço médio (100g) = 25 mg ½ P Laranja (1/2 unidade) para suco = 25mg	1 P	<u>Biscoito Suco de laranja</u> Biscoito trazido de casa = 50mg ½ P Laranja (1/2 unidade) para suco = 25mg
Jantar	1P 1/4P	<u>Arroz Integral Salada de Beterraba</u> Arroz 3CS (60g) = 50 mg Beterraba Cozida 1CSch (20 g) = 12,5mg	1 P PL PL	<u>Arroz com Açafrão Couve Refogada</u> Arroz 3CS (60g) = 50 mg Açafrão (Livre) Couve (Livre)	1P 1/4P	<u>Arroz Integral Salada de Beterraba</u> Arroz 3CS (60g) = 50 mg Beterraba Cozida 1CSch (20 g) = 12,5mg	1 P PL	<u>Arroz Integral Couve Refogada</u> Arroz 3CS (60g) = 50 mg Couve (Livre)	½ P 1 P PL ½ P ¼ P	<u>Sopa de Legumes (Batata Inglesa, Cenoura, Couve, Abobrinha)</u> Cenoura 2C sopa (50g) = 25mg Batata Inglesa ½ Unidade Média (70g) = 50mg Couve Manteiga (Livre) Arroz integral 1 1/2 CS (30g) = 25mg Abobrinha 1 CSch (22,5g) = 12,5 mg
Total de Fenilalanina		<u>300mg</u>		<u>309mg</u>		<u>250mg</u>		<u>225mg</u>		<u>287.50mg</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 CEI AMANDOS FINDER
Cardápio contendo até de 300mg de Fenilalanina/dia no período de aula
Referente ao período: 08/04 à 12/04/2019 (10ª Semana)

REFEIÇÃO	DIAS DA SEMANA									
	Segunda-feira		Terça-feira		Quarta-feira		Quinta-feira		Sexta-feira	
Café da Manhã		<u>Biscoito</u> <u>Suco de Laranja</u> <u>Maçã</u>		<u>Pão com Mel</u> <u>Suco de Abacaxi</u>		<u>Laranja</u>				<u>Biscoito</u> <u>Suco de Abacaxi</u>
	1 P	Biscoito trazido de casa = 50mg	1 P	Pão trazido de casa = 50mg	1 P	Laranja (1 unidade) = 50mg			1 P	Biscoito trazido de casa = 50mg
	½ P	Laranja 1/2 unidade (45g) para suco = 25 mg	PL	Mel (Livre)					¼ P	Abacaxi 1 porção de 37,5g (para suco) = 12,5mg
	1/6P	Maçã ½ unidade (65g) = 8,33mg	¼ P	Abacaxi 1 porção de 37,5g (para suco) = 12,5mg						
Almoço		<u>Arroz Parboilizado com Vagem</u> <u>Salada de Cenoura</u> <u>Cozida</u>		<u>Purê de Aipim</u> <u>Salada de Beterraba</u> <u>Cozida</u> <u>Acelga Refogada</u>		<u>Arroz com Tempero Verde da Horta</u> <u>Salada de Beterraba</u> <u>Cozida</u>		<u>REUNIÃO PEDAGÓGICA</u>		<u>Arroz com Tempero Verde da Horta</u> <u>Salada de Abobrinha</u> <u>Refogada</u>
	1 P	Arroz 3CS (60g) = 50mg	1 P	Aipim cozido 2 pedaços médios (200g) = 50 mg	1 P	Arroz 3CS (60g) = 50 mg			1 P	Arroz 3CS (60g) = 50 mg
	¼ P	Vagem Cozida 1 CSch (20g) = 12,5mg	½ P	Beterraba Cozida 2CSch (40 g) = 25mg	¼ P	Beterraba Cozida 1CSch (20 g) = 12,5mg			PL	Tempero Verde (Livre)
	1/6P	Cenoura 1 CSch (12g) = 8,3 mg	PL	Acelga					½ P	Abobrinha 2 CSch (45g) = 25 mg

Lanche da Tarde		Frutas Picadas (Banana, Laranja e Macã) com Canela	1 P	Sagu com suco de uva	1 P	Pão com Melado Suco de Laranja		Frutas Picadas (Banana e Laranja) com mel
	¼ P	Banana Branca 1/2 unidade (20g) = 12 mg		Sagu 3 CS (90g) = 50mg		Pão trazido de casa = 50mg		¼ P Banana Branca 1/2 unidade (20g) = 12 mg
	¼ P	Laranja 1/3 unidade (30g) = 17 mg		-Suco de uva	PL	Melado		¼ P Laranja 1/3 unidade (30g) = 17 mg
	¼ P	Maçã (97,5g) = 12,5mg		-Açúcar	½ P	Laranja 1/2 unidade (45g) para suco = 25 mg		PL Mel (Livre)
	PL	Canela em Pó						
Jantar		Arroz Parboilizado Salada de Repolho com Cenoura	1 P	Arroz com Acafrão Salada de Cenoura	1 P	Aipim Cozido ao Molho Vermelho Salada de Brócolis Salada de Tomate	REUNIÃO PEDAGÓGICA	Arroz com Cenoura Salada de Brócolis
	1P	Arroz 3CS (60g) = 50mg		Arroz 3CS (60g) = 50mg		Aipim cozido 2 pedaços médios (200g) = 50 mg		1P Arroz 3CS (60g) = 50 mg
	PL	Repolho Roxo (Livre)	PL	Acafrão (Livre)	2/3P	Brócolis 2CSch (20gr) 34mg		1/6P Cenoura 1 CSch (12g) = 8,3 mg
	1/6 P	Cenoura 1 CSch (12g) = 8,3 mg	1/6P	Cenoura 1 CSch (12g) = 8,3 mg	¼ P	Tomate ½ und. pequena (50g) = 25mg		1/3 P Brócolis 1 CSch (10gr) = 16,67mg
Total de Fenilalanina		253,93mg		245,80mg		296,50mg		241,47mg

* 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 CEI AMANDOS FINDER
Cardápio contendo até de 300mg de Fenilalanina/dia no período de aula
Referente ao período: 14/04 à 19/04/2019 (11ª Semana)

REFEIÇÃO	DIAS DA SEMANA									
	Segunda-feira		Terça-feira		Quarta-feira		Quinta-feira		Sexta-feira	
Café da Manhã	<u>Biscoito Suco de Abacaxi</u>		<u>Pão com mel Suco de Abacaxi</u>		<u>Maçã</u>		<u>Duo de Fruta (Abacaxi e Banana)</u>			
	1 P	Biscoito trazido de casa = 50mg	1 P	Pão trazido de casa =50mg	1/3P	Maçã 1 unidade (130g) = 17mg	¼ P	Abacaxi ½ fatia média (37,5g) = 12,5mg		
	¼ P	Abacaxi 1/2 fatia (37,5) para suco = 12,5mg	PL	Mel (Livre)			¼ P	Banana Branca 1/2 unidade (20g) =12 mg		
Almoço	<u>Purê de Batata com Cebolinha da Horta Salada de Cenoura Ralada Salda de Pepino</u>		<u>Arroz Parboilizado Salada de Couve-flor com Cenoura Cozida</u>		<u>Arroz com Açafrão Salada de Brócolis Cozida</u>		<u>Arroz com Tempero Verde Salada de Cenoura Cozida</u>		<u>FERIADO SEXTA-FEIRA SANTA</u>	
	1 P	Batata Inglesa ½ unidade (70g) =50mg	1 P	Arroz 3CS (60g) = 50 mg	1 P	Arroz 3CS (60g) = 50 mg	1 P	Arroz 3CS (60g) = 50 mg		
	PL	Cebolinha da Horta (Livre)	½ P	Couve flor ½ rama (30gr)=25mg	PL	Açafrão (Livre)	PL	Tempero Verde (Livre)		
	¼ P	Cenoura 1CSch (20gr) = 12,5mg	¼ P	Cenoura 1C sopa (25g) =12,5mg	½ P	Brócolis 1 ½ CSch (15gr)= 25mg	¼ P	Cenoura 1C sopa (25g) =12,5mg		
	¼ P	Pepino 2CSch (36g) = 12,5mg								

Lanche da tarde	1/2 P - - -	Banana picada com canela Banana Branca 1 unidades média (40g) = 25mg Canela em Pó	1 P 1/2 P	Biscoito Suco de laranja Biscoito trazido de casa = 50mg Laranja (1/2 unidade) para suco = 25mg	1 P 1/3 P PL 1/2 P	Pão com Tomate e Orégano Suco de Laranja Pão trazido de casa =50mg Tomate 1/3 und. pequena (34g) = 17mg Orégano Laranja 1/2 unidade (45g) para suco =25 mg	1 P 1/4 P	Biscoito Suco de Abacaxi Biscoito trazido de casa = 50mg Abacaxi 1/2 fatia (37,5) para suco = 12,5mg		
Jantar	1 P 1/4 P 1/4 P	Arroz com Vagem Salada de Cenoura Cozida Arroz 3CS (60g) = 50 mg Vagem Cozida 1 CSch (20g) = 12,5mg Cenoura 1C sopa (25g) =12,5mg	1 P PL	Aipim cozido ao molho vermelho Acelga refogada Aipim cozido 2 pedaços médios (200g) = 50mg Acelga (Livre)	1/2 P 1 P 1/4 P 1/2 P	Sopa de Legumes (Batata Inglesa, Cenoura, Vagem) Cenoura 2C sopa (50g) =25mg Batata Inglesa 1/2 Unidade Média (70g) =50mg Vagem cozida 1 CSch (20g) = 12,5mg Arroz integral 1 1/2 CS (30g)=25mg	1P 1 P	Arroz Parboilizado Salada de Brócolis Arroz 3CS (60g) = 50 mg Brócolis 3 CSch (30gr)=50mg		FERIADO SEXTA-FEIRA SANTA
Total de Fenilalanina		237,50mg		275mg		296,50mg		249,50mg		

* 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 CEI AMANDOS FINDER
Cardápio contendo até de 300mg de Fenilalanina/dia no período de aula
Referente ao período: 22/04 à 26/04/2019 (12ª Semana)

REFEIÇÃO	DIAS DA SEMANA									
	Segunda-feira		Terça-feira		Quarta-feira		Quinta-feira		Sexta-feira	
Café da Manhã	<u>Biscoito</u> <u>Suco de Laranja</u>		<u>Pão com Tomate e Orégano</u> <u>Suco de Laranja</u>		<u>Sagu com suco de uva</u> <u>Banana</u>		<u>Pão com Melado</u> <u>Suco de Abacaxi</u>		<u>Biscoito</u> <u>Suco de laranja</u> <u>Maçã</u>	
	1P	Biscoito trazido de casa = 50mg	1 P	Pão trazido de casa =50mg	1 P	Sagu 3 CS (90g) = 50mg -Suco de uva -Açúcar	1 P	Pão trazido de casa =50mg	1P	Biscoito trazido de casa = 50mg
	½ P	Laranja ½ und (45g) para suco = 25mg	1/3 P	Tomate 1/3 und. pequena (34g) = 17mg		Banana Branca unidades média (40g) = 25mg	PL	Melado (Livre)	½ P	Laranja (1/2 unidade) para suco = 25mg
			PL	Orégano	½ P		1 ¼ P	Abacaxi 1/2 fatia (37,5) para suco = 12,5mg	1/3P	Maçã 1 unidade (130g) = 17mg
			½ P	Laranja 1/2 unidade (45g) para suco =25 mg						
Almoço	<u>Arroz Parboilizado</u> <u>Salada de Couve-flor</u> <u>Salada de Tomate</u>		<u>Arroz Parboilizado</u> <u>Vagem Refogada</u>		<u>Arroz com Acafrão</u> <u>Beterraba Cozida</u>		<u>Arroz com Vagem</u> <u>Cenoura Ralada</u>		<u>Purê de Aipim</u> <u>Salada de Beterraba</u> <u>Cozida</u> <u>Acelga Refogada</u>	
	1P	Arroz 3CS (60g) = 50 mg	1 P	Arroz 3CS (60g) = 50 mg	1P	Arroz 3CS (60g) = 50 mg	1 P	Arroz 3CS (60g) = 50 mg	1 P	Aipim cozido 2 pedaços médios (200g) = 50 mg
	1 P	Couve-flor cozida 1 ramo (60g) =50mg	¼ P	Vagem Cozida 1 CSch (20g) = 12,5mg	PL	Acafrão (Livre)	¼ P	Vagem Cozida 1 CSch (20g) = 12,5mg	½ P	Beterraba Cozida 2CSch (40 g) =25mg
	1/3P	Tomate 1/3 und. pequena (34g) = 17mg			¼ P	Beterraba Cozida 2CSch (20 g) =12,5mg	1/6P	Cenoura 1 CSch (12g) = 8,3 mg	PL	Acelga

Lanche da tarde		<u>Maçã picada com canela</u>		<u>Biscoito Suco de Abacaxi</u>		<u>Salada de Frutas (Mamão, Banana, Maçã)</u>		<u>Maçã picada com canela</u>		<u>Frutas Picadas (Banana e Laranja)</u>
	1/3P PL	Maçã 1 unidade (130g) = 17mg Canela em pó	1P ¼ P	Biscoito trazido de casa = 50mg Abacaxi 1/2 fatia (37,5) para suco = 12,5mg	¼ P ½ P ¼ P	Banana Branca 1/2 unidade (20g) = 12 mg Mamão ½ fatia (85g) = 25mg Maçã (97,5g) = 12,5mg	1/3P PL	Maçã 1 unidade (130g) = 17mg Canela em pó	¼ P ¼ P	Banana Branca 1/2 unidade (20g) = 12 mg Laranja 1/3 unidade (30g) = 17 mg
Jantar	IP ¼ P	<u>Arroz Parboilizado</u> <u>Salada de Beterraba</u> <u>Cozida</u> Arroz 3CS (60g) = 50 mg Beterraba Cozida 2CSch (20 g) = 12,5mg	1P 1/3P ½ P	<u>Purê de Aipim com Brócolis</u> <u>Salada de Abobrinha</u> Aipim cozido 2 pedaços médios (200g) = 50mg Brócolis 1 CSch (10gr) = 17mg Abobrinha 2 CSch (45g) = 25 mg	1P ¼ P ¼ P	<u>Aipim cozido ao Molho Vermelho</u> <u>Salada de Cenoura Cozida</u> <u>Salada de Pepino</u> Aipim cozido 2 pedaços médios (200g) = 50mg Cenoura 1C sopa (25g) = 12,5mg Pepino 2CSch (36g) = 12,5mg	IP ½ P	<u>Arroz Parboilizado</u> <u>Salada de Brócolis Cozida</u> Arroz 3CS (60g) = 50 mg Brócolis 1 ½ CSch (15gr) = 25mg	1P PL 1 P ¼ P	<u>Arroz com Acafrão</u> <u>Salada de Couve-flor com Cenoura Cozida</u> Arroz 3CS (60g) = 50 mg Acafrão (livre) Couve flor 1 rama (60gr) = 50mg Cenoura 1C sopa (25g) = 12,5mg
Total de Fenilalanina		<u>271,50mg</u>		<u>309mg</u>		<u>262mg</u>		<u>225,30mg</u>		<u>308,5mg</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!