

CARDÁPIO 4
DESJEJUM

Referências Nutricionais: Taco 4ª edição 2011 e Tabela de composição de alimentos - Sônia Tucunduva 4ª edição 2013

REFEIÇÃO	Segunda-Feira 04/04/2022	Terca-Feira 05/04/2022	Quarta-Feira 06/04/2022	Quinta-Feira 07/04/2022	Sexta-feira 08/04/2022						
DESJEJUM	LEITE COM ACHOCOLATADO BISCOITO DE COCO	BEBIDA LÁCTEA CAFÉ COM LEITE PÃO COM MARGARINA	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO INTEGRAL MARGARINA	BEBIDA LÁCTEA BAUNILHA PÃO COM MARGARINA	IOGURTE BISCOITO CREAM CRACKER						
Informação nutricional (média semanal)											
Energia (kcal)	CHO (g)	Fibras (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais		Vitaminas		Minerais			
				(g)		A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)
279,67	42,10	1,16	7,96	8,04		103,41	6,54	170,04	0,00	2,61	0,00
REFEIÇÃO	Segunda-Feira 11/04/2022	Terca-Feira 12/04/2022	Quarta-Feira 13/04/2022	Quinta-Feira 14/04/2022	Sexta-feira 15/04/2022						
DESJEJUM	BEBIDA LÁCTEA COCO INTEGRAL COM MARGARINA	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO COM MARGARINA	IOGURTE BISCOITO MAISENA	PONTO FACULTATIVO	FERLADO						
Informação nutricional (média semanal)											
Energia (kcal)	CHO (g)	Fibras (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais		Vitaminas		Minerais			
				(g)		A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)
286,29	44,20	0,93	7,31	8,41		82,73	5,23	154,53	0,00	1,95	0,00

REFEIÇÃO	Segunda-Feira 18/04/2022		Terça-Feira 19/04/2022		Quarta-Feira 20/04/2022		Quinta-Feira 21/04/2022		Sexta-feira 22/04/2022		
DESJEJUM	BEBIDA LÁCTEA MORANGO BISCOITO CREAM CRACKER INTEGRAL		LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO COM MARGARINA		BEBIDA LÁCTEA COCO PÃO INTEGRAL COM MARGARINA		FERIADO		PONTO FACULTATIVO		
Informação nutricional (média semanal)											
Energia (kcal)	CHO (g)	Fibras (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais				
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)	
294,91	46,45	0,75	8,05	8,01	65,19	4,36	149,69	0	1,85	0	
REFEIÇÃO	Segunda-Feira 25/04/2022		Terça-Feira 26/04/2022		Quarta-Feira 27/04/2022		Quinta-Feira 28/04/2022		Sexta-feira 29/04/2022		
DESJEJUM	BEBIDA LÁCTEA MORANGO BISCOITO MAISENA		LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO COM MARGARINA		BEBIDA LÁCTEA COCO PÃO INTEGRAL COM MARGARINA		LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO COM MARGARINA		IOGURTE CREAM CRACKER INTEGRAL		
Informação nutricional (média semanal)											
Energia (kcal)	CHO (g)	Fibras (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais				
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)	
279	41,55	1,46	8,20	8,19	103,41	6,54	167,29	0,00	2,42	0,00	