



CARDÁPIO 4 APAE
DESJEIUM

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

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA 30/09/2024	TERÇA-FEIRA 01/10/2024	QUARTA-FEIRA 02/10/2024	QUINTA-FEIRA 03/10/2024	SEXTA-FEIRA 04/10/2024
DESJEIUM	SUCO DE MANGA BISCOITO CREAM CRACKER	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO COM MARGARINA	SUCO DE LARANJA PÃO COM MARGARINA	LEITE COM CAFÉ PÃO COM MARGARINA	LEITE COM ACHOCOLATADO BISCOITO MAISENA
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL SEMANAL (MÉDIA SEMANAL)					
Energia (Kcal)	Carboidratos (g)		Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	
282	41		12	7	
VITAMINAS					
Vitamina A	Vitamina C (mg)		Cálcio (mg)		Ferro (mg)
99	7,4		206		3,8
MINERAIS					
Fibras (g)					
3,2					

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA 07/10/2024	TERÇA-FEIRA 08/10/2024	QUARTA-FEIRA 09/10/2024	QUINTA-FEIRA 10/10/2024	SEXTA-FEIRA 11/10/2024
DESJEIUM	SUCO DE MARACUJÁ BISCOITO MAISENA	LEITE COM CAFÉ PÃO COM MARGARINA	SUCO DE LARANJA PÃO COM MARGARINA	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO COM MARGARINA	LEITE COM CAFÉ BISCOITO CREAM CRACKER
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL SEMANAL (MÉDIA SEMANAL)					
Energia (Kcal)	Carboidratos (g)		Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	
282	41		12	7	
VITAMINAS					
Vitamina A	Vitamina C (mg)		Cálcio (mg)		Ferro (mg)
99	7,4		206		3,8
MINERAIS					
Fibras (g)					
3,2					

Marcos A. Cezar Jr.
Marcos A. Cezar Jr.
Nutricionista
CRN 77638/P



CARDÁPIO 4 APAE
DESJEJUM

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

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA 14/10/2024	TERÇA-FEIRA 15/10/2024	QUARTA-FEIRA 16/10/2024	QUINTA-FEIRA 17/10/2024	SEXTA-FEIRA 18/10/2024					
DESJEJUM	SUCO DE LARANJA BISCOITO CREAM CRACKER	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO COM MARGARINA	SUCO DE MARACUJÁ PÃO COM MARGARINA	LEITE COM CAFÉ PÃO COM MARGARINA	LEITE COM ACHOCOLATADO BSICOITO MAISENA					
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL SEMANAL (MÉDIA SEMANAL)										
Energia (Kcal)	282		Carboidratos (g)	41	Proteínas (g)	12	Gorduras Totais (g)	7	Fibras (g)	3,2
VITAMINAS										
Vitamina A	99									
Vitamina C (mg)	7,4									
MINERAIS										
Cálcio (mg)	206									
Ferro (mg)	3,8									

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA 21/10/2024	TERÇA-FEIRA 22/10/2024	QUARTA-FEIRA 23/10/2024	QUINTA-FEIRA 24/10/2024	SEXTA-FEIRA 25/10/2024					
DESJEJUM	SUCO DE MARACUJÁ BISCOITO MAISENA	LEITE COM CAFÉ PÃO COM MARGARINA	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO COM MARGARINA	SUCO DE LARANJA PÃO COM MARGARINA	LEITE COM CAFÉ BISCOITO CREAM CRACKER					
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL SEMANAL (MÉDIA SEMANAL)										
Energia (Kcal)	282		Carboidratos (g)	41	Proteínas (g)	12	Gorduras Totais (g)	7	Fibras (g)	3,2
VITAMINAS										
Vitamina A	99									
Vitamina C (mg)	7,4									
MINERAIS										
Cálcio (mg)	206									
Ferro (mg)	3,8									

Marcos A. Cezar Jr.
Marcos A. Cezar Jr.
Nutricionista
CRN 77638/P



CARDÁPIO 4 APAE
DESJEIUM

Referências Nutricionais: Taco 4ª edição 2011 e Tabela de composição de alimentos - 5ª edição Turcuanduva 4ª edição 2013

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA 28/10/2024	TERÇA-FEIRA 29/10/2024	QUARTA-FEIRA 30/10/2024	QUINTA-FEIRA 31/10/2024	SEXTA-FEIRA 01/11/2024
DESJEIUM	SUCO DE MARACUJÁ BISCOITO MAISENA	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO COM MARGARINA	SUCO DE LARANJA PÃO COM MARGARINA	LEITE COM CAFÉ PÃO COM MARGARINA	LEITE COM ACHOCOLATADO BISCOITO CREAM CRACKER
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL SEMANAL (MÉDIA SEMANAL)					
Energia (Kcal)	Carboidratos (g)		Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	
282	41		12	7	
VITAMINAS					
Vitamina A	Vitamina C (mg)		MINERAIS		
99	7,4		Cálcio (mg)	Ferro (mg)	
			206	3,8	

Marcos A. Cezar Jr.
Marcos A. Cezar Jr.
Nutricionista
CRN 77638/P