



CARDÁPIO 4 DESJEIUM

Referências Nutricionais: TACO 4ª edição 2011 e Tabela de composição de alimentos - Sônia TUCURINDUVA 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	SALADA DE FRUTAS (banana, goiaba, manga e laranja)	LEITE COM CAFÉ BISCOITO MAISENA	VITAMINA DE BANANA E AVEIA
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL SEMANAL (MÉDIA SEMANAL)					
Energia (Kcal)	Carboidratos (g)		Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Fibras (g)
282	41		12	7	3,2
VITAMINAS					
Vitamina A	Vitamina C (mg)		MINERAIS		
99	7,4		Cálcio (mg)		
206					
Ferro (mg)					
3,8					

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	SALADA DE FRUTAS (banana, goiaba, manga e laranja)	LEITE COM ACHOCOLATADO BISCOITO CREAM CRACKER	VITAMINA DE BANANA, MARACUJÁ E AVEIA
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL SEMANAL (MÉDIA SEMANAL)					
Energia (Kcal)	Carboidratos (g)		Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Fibras (g)
282	41		12	7	3,2
VITAMINAS					
Vitamina A	Vitamina C (mg)		MINERAIS		
99	7,4		Cálcio (mg)		
206					
Ferro (mg)					
3,8					

Marcelo A. Ceza Jr.
Marcos A. Ceza Jr.
Nutricionista
RRRNN 77716388IP
C



CARDÁPIO 4
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	SALADA DE FRUTAS (banana, goiaba, manga e laranja)	LEITE COM CAFÉ BISCOITO MAISENA	VITAMINA DE BANANA E AVEIA
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL SEMANAL (MÉDIA SEMANAL)					
Energia (Kcal)	Carboidratos (g)		Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Fibras (g)
282	41		12	7	3,2
VITAMINAS					
Vitamina A	Cálcio (mg)				Ferro (mg)
99	206				3,8
MINERAIS					

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	SALADA DE FRUTAS (banana, goiaba, manga e laranja)	LEITE COM ACHOCOLATADO BISCOITO CREAM CRACKER	VITAMINA DE BANANA, MARACUJÁ E AVEIA
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL SEMANAL (MÉDIA SEMANAL)					
Energia (Kcal)	Carboidratos (g)		Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Fibras (g)
282	41		12	7	3,2
VITAMINAS					
Vitamina A	Cálcio (mg)				Ferro (mg)
99	206				3,8
MINERAIS					

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



CARDÁPIO 4
DESJEJUM

Referências Nutricionais: TACO 4ª edição 2011 e Tabela de composição de alimentos - Sônia Tucunduva 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
DESJEJUM	SUCO DE MARACUJÁ BISCOITO MAISENA	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO COM MARGARINA	SALADA DE FRUTAS (banana, goiaba, manga e laranja)	SUCO DE LARANJA BISCOITO CREAM CRACKER	VITAMINA DE BANANA E AVEIA
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL SEMANAL (MÉDIA SEMANAL)					
Energia (Kcal)	41		Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Fibras (g)
282			12	7	3,2
VITAMINAS					
Vitamina A			MINERAIS		
99	Vitamina C (mg)	Cálcio (mg)		Ferro (mg)	
	7,4	206		3,8	

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