



CARDÁPIO 4
DESJEIUM

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

| REFEIÇÃO | SEGUNDA-FEIRA 30/12/2024 | TERÇA-FEIRA 31/12/2024 | QUARTA-FEIRA 01/01/2025 | QUINTA-FEIRA 02/01/2025 | SEXTA-FEIRA 03/12/2025 | |
|---|-----------------------------|---------------------------|----------------------------|------------------------------------|-------------------------------|--|
| DESJEIUM | PONTO FACULTATIVO | PONTO FACULTATIVO | FERIADO | LEITE COM CAFÉ BISCOITO MAISENA | VITAMINA DE BANANA E AVEIA | |
| COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL SEMANAL (MÉDIA SEMANAL) | | | | | | |
| Energia (Kcal) | 282 | | 282 | | 282 | |
| VITAMINAS | Carboidratos (g) | | Proteínas (g) | | Fibras (g) | |
| | 41 | | 12 | | 3,2 | |
| | | | | | Gorduras Totais (g) | |
| | | | | | 7 | |
| | | | | | MINERAIS | |
| Vitamina A | Vitamina C (mg) | | Cálcio (mg) | | Ferro (mg) | |
| 99 | 7,4 | | 206 | | 3,8 | |

| REFEIÇÃO | SEGUNDA-FEIRA 06/01/2025 | TERÇA-FEIRA 07/01/2025 | QUARTA-FEIRA 08/01/2025 | QUINTA-FEIRA 09/01/2025 | SEXTA-FEIRA 10/01/2025 | |
|---|--------------------------------------|-------------------------------------|--|--|---|--|
| 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) | 282 | | 282 | | 282 | |
| VITAMINAS | Carboidratos (g) | | Proteínas (g) | | Fibras (g) | |
| | 41 | | 12 | | 3,2 | |
| | | | | | Gorduras Totais (g) | |
| | | | | | 7 | |
| | | | | | MINERAIS | |
| Vitamina A | Vitamina C (mg) | | Cálcio (mg) | | Ferro (mg) | |
| 99 | 7,4 | | 206 | | 3,8 | |

Marcos A. Cazzari
Nutricionista
CRN 71638/P



CARDÁPIO 4
DESJEJUM

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

| REFEIÇÃO | SEGUNDA-FEIRA 13/01/2025 | TERÇA-FEIRA 14/01/2025 | QUARTA-FEIRA 15/01/2025 | QUINTA-FEIRA 16/01/2025 | SEXTA-FEIRA 17/01/2025 |
|---|--|--|--|------------------------------------|-------------------------------|
| 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) | Fibras (g) | |
| 282 | 41 | | 12 | 7 | |
| VITAMINAS | | | | | |
| Vitamina A | Vitamina C (mg) | | Ferro (mg) | | |
| 99 | 7,4 | | 206 | | |
| MINERAIS | | | | | |
| Gorduras Totais (g) | | | | | |
| 3,2 | | | | | |

| REFEIÇÃO | SEGUNDA-FEIRA 20/01/2025 | TERÇA-FEIRA 21/01/2025 | QUARTA-FEIRA 22/01/2025 | QUINTA-FEIRA 23/01/2025 | SEXTA-FEIRA 24/01/2025 |
|---|--------------------------------------|-------------------------------------|--|--|---|
| 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) | Fibras (g) | |
| 282 | 41 | | 12 | 7 | |
| VITAMINAS | | | | | |
| Vitamina A | Vitamina C (mg) | | Ferro (mg) | | |
| 99 | 7,4 | | 206 | | |
| MINERAIS | | | | | |
| Gorduras Totais (g) | | | | | |
| 3,2 | | | | | |

Marcos A. Cezar
Nutricionista
CRN 7638/P



CARDÁPIO 4
DESJEJUM

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

| REFEIÇÃO | SEGUNDA-FEIRA 27/01/2025 | TERÇA-FEIRA 28/01/2025 | QUARTA-FEIRA 29/01/2025 | QUINTA-FEIRA 30/01/2025 | SEXTA-FEIRA 31/01/2025 |
|---|--------------------------------------|--|--|--|-------------------------------|
| 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) | Carboidratos (g) | | Proteínas (g) | Gorduras Totais (g) | Fibras (g) |
| 282 | 41 | | 12 | 7 | 3,2 |
| VITAMINAS | | | | | |
| Vitamina A | Cálcio (mg) | | MINERAIS | | |
| 99 | 206 | | Ferro (mg) | | |
| | 7,4 | | 3,8 | | |

Marcos A. Cezar Jr.
Nutricionista
CRN 77638/P