



CARDÁPIO 4 APAE
DESEJUM

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

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA 02/12/2024	TERÇA-FEIRA 03/12/2024	QUARTA-FEIRA 04/12/2024	QUINTA-FEIRA 05/12/2024	SEXTA-FEIRA 06/12/2024	
DESEJUM	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)	282		282		282	
VITAMINAS	Carboidratos (g)		Proteínas (g)		Gorduras Totais (g)	
	41		12		7	
Vitamina A	Vitamina C (mg)		Cálcio (mg)		Ferro (mg)	
99	7,4		206		3,8	

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA 09/12/2024	TERÇA-FEIRA 10/12/2024	QUARTA-FEIRA 11/12/2024	QUINTA-FEIRA 12/12/2024	SEXTA-FEIRA 13/12/2024	
DESEJUM	SUCO DE LARANJA 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)	282		282		282	
VITAMINAS	Carboidratos (g)		Proteínas (g)		Gorduras Totais (g)	
	41		12		7	
Vitamina A	Vitamina C (mg)		Cálcio (mg)		Ferro (mg)	
99	7,4		206		3,8	

Marcos A. C. C. Zaccari Jr.
Nutricionista
CRN 17638/DF



CARDÁPIO 4 APAE
DESJEJUM

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

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA 16/12/2024	TERÇA-FEIRA 17/12/2024	QUARTA-FEIRA 18/12/2024	QUINTA-FEIRA 19/12/2024	SEXTA-FEIRA 20/12/2024									
DESJEJUM	SUCO DE MARACUJÁ 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)	282		Carboidratos (g)	41	Proteínas (g)	12	Gorduras Totais (g)	7	Fibras (g)	3,2				
VITAMINAS						MINERAIS								
Vitamina A	99					Vitamina C (mg)	7,4				Cálcio (mg)	206	Ferro (mg)	3,8

Marcos A. Cezar Jr.
Marcos A. Cezar Jr.
Nutricionista
CRN 1717638/P