



CARDÁPIO 4 APAE
DESJEJUM

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

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA 02/09/2024	TERÇA-FEIRA 03/09/2024	QUARTA-FEIRA 04/09/2024	QUINTA-FEIRA 05/09/2024	SEXTA-FEIRA 06/09/2024
DESJEJUM	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	
Fibras (g)					
3,2					
VITAMINAS					
Vitamina A	Vitamina C (mg)		Cálcio (mg)		
99	7,4		206		
MINERAIS					
Ferro (mg)					
3,8					

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA 09/09/2024	TERÇA-FEIRA 10/09/2024	QUARTA-FEIRA 11/09/2024	QUINTA-FEIRA 12/09/2024	SEXTA-FEIRA 13/09/2024
DESJEJUM	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)	Carboidratos (g)		Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	
282	41		12	7	
Fibras (g)					
3,2					
VITAMINAS					
Vitamina A	Vitamina C (mg)		Cálcio (mg)		
99	7,4		206		
MINERAIS					
Ferro (mg)					
3,8					

Marcos A. Cezari Jr.
Nutricionista
CRN 17638/P



CARDÁPIO 4 APAE
DESJEIUM

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

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA 16/09/2024	TERÇA-FEIRA 17/09/2024	QUARTA-FEIRA 18/09/2024	QUINTA-FEIRA 19/09/2024	SEXTA-FEIRA 20/09/2024
DESJEIUM	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)	41		12	7	
	Carboidratos (g)		Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	
	282			Fibras (g)	
				3,2	
VITAMINAS					
Vitamina A	Vitamina C (mg)		Cálcio (mg)		
99	7,4		206		
			Ferro (mg)		
			3,8		

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA 23/09/2024	TERÇA-FEIRA 24/09/2024	QUARTA-FEIRA 25/09/2024	QUINTA-FEIRA 26/09/2024	SEXTA-FEIRA 27/09/2024
DESJEIUM	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 CEFÉ BISCOITO CREAM CRACKER
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL SEMANAL (MÉDIA SEMANAL)					
Energia (Kcal)	41		12	7	
	Carboidratos (g)		Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	
	282			Fibras (g)	
				3,2	
VITAMINAS					
Vitamina A	Vitamina C (mg)		Cálcio (mg)		
99	7,4		206		
			Ferro (mg)		
			3,8		

Marcos A. Cezar Jr.
Nutricionista
CRN 17638/P