



CARDÁPIO 4 APAE
DESJEJUM

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

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA 27/05/2024	TERÇA-FEIRA 28/05/2024	QUARTA-FEIRA 29/05/2024	QUINTA-FEIRA 30/05/2024	SEXTA-FEIRA 31/05/2024
DESJEJUM	SUCO DE MARACUJÁ BISCOITO MAISENA	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO COM MARGARINA	SUCO DE LARANJA PÃO COM MARGARINA	FERIADO	VITAMINA DE BANANA, MAÇÃ E AVEIA BISCOITO CREAM CRACKER
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL SEMANAL (MÉDIA SEMANAL)					
Energia (Kcal)	41		Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Fibras (g)
282			12	7	3,2
VITAMINAS					
Vitamina A	Vitamina C (mg)		MINERAIS		
99	7,4		Cálcio (mg)		
			206		
			Ferro (mg)		
			3,8		

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA 03/06/2024	TERÇA-FEIRA 04/06/2024	QUARTA-FEIRA 05/06/2024	QUINTA-FEIRA 06/06/2024	SEXTA-FEIRA 07/06/2024
DESJEJUM	SUCO DE LARANJA BISCOITO MAISENA	LEITE COM CAFÉ PÃO COM MARGARINA	SUCO DE LARANJA PÃO COM MARGARINA	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO COM MARGARINA	VITAMINA DE BANANA E MARACUJÁ BISCOITO CREAM CRACKER
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL SEMANAL (MÉDIA SEMANAL)					
Energia (Kcal)	41		Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Fibras (g)
282			12	7	3,2
VITAMINAS					
Vitamina A	Vitamina C (mg)		MINERAIS		
99	7,4		Cálcio (mg)		
			206		
			Ferro (mg)		
			3,8		

Marcos A. Cezar Jr.
Nutricionista
CRN 77638JP



CARDÁPIO 4 APAE
DESJEJUM

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

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA 10/06/2024	TERÇA-FEIRA 11/06/2024	QUARTA-FEIRA 12/06/2024	QUINTA-FEIRA 13/06/2024	SEXTA-FEIRA 14/06/2024
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	VITAMINA DE BANANA, MAÇÃ E AVEIA 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)		MINERAIS		
99	7,4		Cálcio (mg)		Ferro (mg)
			206		3,8

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA 17/06/2024	TERÇA-FEIRA 18/06/2024	QUARTA-FEIRA 19/06/2024	QUINTA-FEIRA 20/06/2024	SEXTA-FEIRA 21/06/2024
DESJEJUM	SUCO DE MARACUJÁ BISCOITO MAISENA	LEITE COM CAFÉ PÃO COM MARGARINA	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO COM MARGARINA	SUCO DE LARANJA PÃO COM MARGARINA	VITAMINA DE BANANA E MARACUJÁ 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