



CARDÁPIO 4
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 LARANJA BISCOITO MAISENA	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO COM MARGARINA	SALADA DE FRUTAS (banana, maçã, melancia e laranja)	FERIADO	VITAMINA DE BANANA, MAÇÃ E AVEIA	
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL SEMANAL (MÉDIA SEMANAL)						
Energia (Kcal)	282		282		282	
	Carboidratos (g)		41		41	
	Proteínas (g)		12		12	
	Gorduras Totais (g)		7		7	
	Fibras (g)		3,2		3,2	
VITAMINAS						
	Vitamina C (mg)		7,4		7,4	
MINERAIS						
	Cálcio (mg)		206		206	
	Ferro (mg)		3,8		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	SALADA DE FRUTAS (banana, maçã, melancia e laranja)	LEITE COM ACHOCOLATADO BISCOITO CREAM CRACKER	VITAMINA DE BANANA, MARACUJÁ E AVEIA	
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL SEMANAL (MÉDIA SEMANAL)						
Energia (Kcal)	282		282		282	
	Carboidratos (g)		41		41	
	Proteínas (g)		12		12	
	Gorduras Totais (g)		7		7	
	Fibras (g)		3,2		3,2	
VITAMINAS						
	Vitamina C (mg)		7,4		7,4	
MINERAIS						
	Cálcio (mg)		206		206	
	Ferro (mg)		3,8		3,8	

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



CARDÁPIO 4
DESJEIUM

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
DESJEIUM	SUCO DE MARACUJÁ BISCOITO CREAM CRACKER	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO COM MARGARINA	SALADA DE FRUTAS (banana, maçã, melancia e laranja)	SUCO DE LARANJA BISCOITO MAISENA	VITAMINA DE BANANA, MAÇÃ E AVEIA
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)
					3,2
					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
DESJEIUM	SUCO DE MARACUJÁ BISCOITO MAISENA	LEITE COM CAFÉ PÃO COM MARGARINA	SALADA DE FRUTAS (banana, maçã, melancia 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)	
282	41		12	7	
VITAMINAS					
Vitamina A	Vitamina C (mg)		MINERAIS		
99	7,4		Cálcio (mg)		Ferro (mg)
					3,2
					206
					3,8

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