

CARDÁPIO 4 APAE
DESJEIUM

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

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA 03/03/2025	TERÇA-FEIRA 04/03/2025	QUARTA-FEIRA 05/03/2025	QUINTA-FEIRA 06/03/2025	SEXTA-FEIRA 07/03/2025
DESJEIUM	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO	SUCO DE MARACUJÁ BISCOITO MAISENA	LEITE COM CAFÉ PÃO COM MARGARINA	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO COM MARGARINA
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	Vitamina C (mg)	Calcio (mg)	Ferro (mg)	
	99	7,4	206	3,8	

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA 10/03/2025	TERÇA-FEIRA 11/03/2025	QUARTA-FEIRA 12/03/2025	QUINTA-FEIRA 13/03/2025	SEXTA-FEIRA 14/03/2025
DESJEIUM	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)	Fibras (g)
	282	41	12	7	3,2
	VITAMINAS				
	Vitamina A	Vitamina C (mg)	Calcio (mg)	Ferro (mg)	
	99	7,4	206	3,8	

Marcos A. Cesar J.A.
Marcos A. Cesar J.A.
Nutricionista
CRN 77638/P

CARDÁPIO 4 APAE
DESJEJUM

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

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA 17/03/2025	TERÇA-FEIRA 18/03/2025	QUARTA-FEIRA 19/03/2025	QUINTA-FEIRA 20/03/2025	SEXTA-FEIRA 21/03/2025
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)	Carboidratos (g)		Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Fibras (g)
282	41		12	7	3,2
VITAMINAS					
Vitamina A	Vitamina C (mg)		Cálcio (mg)		Ferro (mg)
99	7,4		206		3,8

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA 24/03/2025	TERÇA-FEIRA 25/03/2025	QUARTA-FEIRA 26/03/2025	QUINTA-FEIRA 27/03/2025	SEXTA-FEIRA 28/03/2025
DESJEJUM	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 ACHOCOLATADO BISCOITO CREAM CRACKER
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	Vitamina C (mg)		Cálcio (mg)		Ferro (mg)
99	7,4		206		3,8


 Marcos A. Cezar
 Nutricionista
 CRN 7638/P