



**CARDÁPIO 4**  
**DESJEIUM**

Referências Nutricionais: TACO 4ª edição 2011, e Tabela de composição de alimentos - Sônia Tucunduva 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
DESJEIUM	SUCO DE MARACUJÁ BISCOITO MAISENA	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO COM MARGARINA	SALADA DE FRUTAS (banana, goiaba, manga e laranja)	SUCO DE LARANJA BISCOITO CREAM CRACKER	VITAMINA DE BANANA E AVEIA
<b>COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL SEMANAL (MÉDIA SEMANAL)</b>					
Energia (Kcal)	Carboidratos (g)		Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Fibras (g)
282	41		12	7	3,2
<b>VITAMINAS</b>					
Vitamina A	Vitamina C (mg)		MINERAIS		
99	7,4		Cálcio (mg)	Ferro (mg)	
			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
DESJEIUM	SUCO DE LARANJA BISCOITO MAISENA	LEITE COM CAFÉ PÃO COM MARGARINA	SALADA DE FRUTAS (banana, goiaba, manga e laranja)	LEITE COM ACHOCOLATADO BISCOITO CREAM CRACKER	VITAMINA DE BANANA, MARACUJÁ E AVEIA
<b>COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL SEMANAL (MÉDIA SEMANAL)</b>					
Energia (Kcal)	Carboidratos (g)		Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Fibras (g)
282	41		12	7	3,2
<b>VITAMINAS</b>					
Vitamina A	Vitamina C (mg)		MINERAIS		
99	7,4		Cálcio (mg)	Ferro (mg)	
			206	3,8	

*Marcos A. Cezar*  
Nutricionista  
CRN 17639/P



**CARDÁPIO 4**  
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	SALADA DE FRUTAS (banana, goiaba, manga e laranja)	SUCO DE LARANJA BISCOITO MAISENA	VITAMINA DE BANANA E AVEIA
<b>COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL SEMANAL (MÉDIA SEMANAL)</b>					
Energia (Kcal)	Carboidratos (g)		Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	
282	41		12	7	
<b>VITAMINAS</b>					
Vitamina A	Cálcio (mg)		Fibras (g)		
99	206		3,2		
<b>MINERAIS</b>					
					Ferro (mg)
					3,8

*Marcos A. Cezari Jr.*  
Nutricionista  
CRN 17638/P