

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

REFEIÇÃO	Segunda-Feira 04/10/2021		Terça-Feira 05/10/2021	Quarta-Feira 06/10/2021	Quinta-Feira 07/10/2021	Sexta-feira 08/10/2021				
DESJEJUM	LEITE COM ACHOCOLATADO BISCOITO DE COCO		BEBIDA LÁCTEA CAFÉ COM LEITE PÃO COM MARGARINA	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO INTEGRAL MARGARINA	BEBIDA LÁCTEA BAUNILHA PÃO COM MARGARINA	IOGURTE BISCOITO CREAM CRACKER				
Informação nutricional (média semanal)										
Energia (kcal)	CHO (g)	Fibras (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais			
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)
284,48	43,71	1,17	7,72	8,23	82,73	5,23	154,53	0,00	1,95	0,00
REFEIÇÃO	Segunda-Feira 11/10/2021		Terça-Feira 12/10/2021	Quarta-Feira 13/10/2021	Quinta-Feira 14/10/2021	Sexta-feira 15/10/2021				
DESJEJUM	PONTO FACULTATIVO		FERIADO	BEBIDA LÁCTEA CHOCOLATE BISCOITO DE LEITE	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO COM MARGARINA	IOGURTE PÃO INTEGRAL COM MARGARINA				
Informação nutricional (média semanal)										
Energia (kcal)	CHO (g)	Fibras (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais			
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)
268,57	41,35	1,10	7,32	7,76	82,73	5,23	154,53	0,00	2,06	0,00

REFEIÇÃO	Segunda-Feira 18/10/2021		Terça-Feira 19/10/2021		Quarta-Feira 20/10/2021		Quinta-Feira 21/10/2021		Sexta-feira 22/10/2021	
DESJEJUM	LEITE COM ACHOCOLATADO BISCOITO MARIA		BEBIDA LÁCTEA BAUNILHA PÃO COM MARGARINA		LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO INTEGRAL COM MARGARINA		BEBIDA LÁCTEA CAFÉ COM LEITE PÃO COM MARGARINA		IOGURTE BISCOITO ROSQUINHA DE LEITE	
Informação nutricional (média semanal)										
Energia (kcal)	CHO (g)	Fibras (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais			
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)
281,73	44,13	0,93	7,57	7,81	82,73	5,23	156,73	0	2,22	0
REFEIÇÃO	Segunda-Feira 25/10/2021		Terça-Feira 26/10/2021		Quarta-Feira 27/10/2021		Quinta-Feira 28/10/2021		Sexta-feira 29/10/2021	
DESJEJUM	BEBIDA LÁCTEA MORANGO BISCOITO CREAM CRACKER INTEGRAL		LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO COM MARGARINA		BEBIDA LÁCTEA COCO PÃO INTEGRAL COM MARGARINA		LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO COM MARGARINA		IOGURTE BISCOITO MAISENA	
Informação nutricional (média semanal)										
Energia (kcal)	CHO (g)	Fibras (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais			
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)
271,84	42,28	1,20	7,38	7,62	72,69	4,36	155,28	0,00	1,89	0,00