CARDÁPIO MATERNAL II E PRÉ SINGULAR B CÁLCULOS NUTRICIONAIS NOVEMBRO /2021

				QUARTA 03/11	QUINT	A 04/11	SEXTA	05/11
				Leite	Suco de maçã (AF)		Leite	
Desjejum				Pão de leite com manteiga (AF)	Pão de forma com queijo		Pão de leite com manteiga (AF)	
				Arroz e feijão carioca	Arroz e fe	eijão preto	Arroz e feijão carioca	
				Iscas de carne com açafrão	Bife à rolê		Frango à camponesa	
Almo	ço			Creme de milho	Couve flo	r refogada	Quibebe	
,				Salada de tomate	Salada de beterraba		Salada de alface	
				Maçã	Ma	mão	Laranj	a (AF)
Lanci	he				Banana com aveia		Salada de frutas sem açúcar lanche	
Janta	ar			Risoto de frango	Sopa de creme de batata salsa Polenta à bolon		bolonhesa	
NUTRIENTES	Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	VITAMINAS A (mcg) C (mg)		MINERAIS Ca (mg) Fe (mg)	
CÁLCULO	1043,82	155,94	50,43	28,30	152,77	114,05	335,84	5,38
ADEQUAÇÃO	110%	120%	210%	109%	132,77	114,03	-	3,36
Mínima	110%	120%	210%	105%	-	_	-	-
ADEQUAÇÃO máxima	110%	101%	144%	77%	-	-	-	-
REF PNAE	945	(130-154g)	(24-35g)	(26-37g)				
		SEGUNDA 08/11	TERÇA 09/11	QUARTA 10/11	QUINT	A 11/11	/11 SEXTA 12/11	
Davisi		Batida de maçã (AF)	Leite	Suco de Iaranja (AF)	Leite Vitamina de mora		morango (AF)	
Desjej	jum	Pão de leite com manteiga (AF)	Pão de forma com manteiga (AF)	Pão de leite com requeijão	Pão integral cor	m manteiga (AF)	Pão de leite com queijo	
		Arroz e feijão carioca	Arroz e feijão preto	Arroz e feijão carioca	Arroz e fe	eijão preto	Arroz e feijão carioca	
		Carne moída com tomate e cheiro verde	Iscas de frango grelhadas	Bife de panela	Strogonoff de frango Frango à campon		amponesa	
Almo	oço	Batata doce refogada	Macarrão à Italiana	Farofa de couve	Cenoura Refogada Polenta		enta	
		Salada de tomate	Salada de alface	Salada de pepino	Salada de alface (AF) com tomate Salada de beterra		beterraba	
		Maçã	Melancia	Melão	Banana (AF)		Laranja (AF)	
Lanci	he	Suco de uva (AF) / Sanduíche Natural	logurte de morango AF com Flocos de milho sem açúcar	Mamão com aveia	Salada de frutas sem açúcar lanche		Arroz doce	
Janta	ar	Risoto de frango	Polenta à bolonhesa	Sopa de carne com batata e brócolis	Sopa de feijão com macarrão		Canja	
NUTRIENTES	Energia	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	VITAMINAS C (mg)		MINERAIS 52 (mg)	
CÁLCULO	(kcal)	196.65	55,08	28,97	A (mcg) 143,77	C (mg) 84,17	Ca (mg) 401,94	Fe (mg)
ADEQUAÇÃO	1204,58	186,65	55,08	28,97	143,77	84,17	401,94	5,90
mínima	127%	144%	230%	111%	-	-	-	-
ADEQUAÇÃO máxima	127%	121%	157%	78%	-	-	-	-

CARDÁPIO MATERNAL II E PRÉ SINGULAR B CÁLCULOS NUTRICIONAIS NOVEMBRO /2021

Leite				TERÇA 16/11	QUARTA 17/11	QUINTA 18/11		SEXTA 19/11		
Page de forms com mantage (A) Page de price com queljo (A) Page de lette com queljo (A) Arroz e feliglo perto Arroz e feliglo carica Arroz e feliglo perto Arroz e feliglo carica Arroz e feliglo perto Arroz e feliglo carica A	Davisions			Leite	Suco de uva (AF)	Batida de maçã (AF)		Leite		
Almore	Desjejum			Pão de forma com manteiga (AF)	Pão integral com requeijão (AF)	, , ,		Pão de leite com manteiga (AF)		
Almore				Arroz e feijão carioca	Arroz e feijão preto	Arroz e feijão carioca				
Macrifa à Ralaina Melâ					Frango à camponesa	Peito de frango à milanesa		Iscas de carne		
Land	Almo	oço		Macarrão à Italiana	Quirera	Quibebe		Brócolis refogado		
Lanck Lanck Vitamina de morango / Flocos de milho sem açucar Ristot de frango Polenta à bolonhesa Sopa de feljão com macarrão Sopa de carne com batata e brócolis				Salada de pepino	Salada de beterraba (AF)					
Martin				Maçã	Laranja					
CALCULO 1127,78 CHO (g) PTN (g) LIP (g) A (mcg) C(mg) Ca (mg) En (mg)	Lanc	he			Banana com aveia			` ,		
A Ca Ca Ca Ca Ca Ca Ca	Jant	ar		Risoto de frango	Polenta à bolonhesa	Sopa de feijão com macarrão		Sopa de carne cor	n batata e brócolis	
CÁLCULO 1122,78 174,59 46,79 29,78 149,78 74,01 378,45 5,99 ADEQUAÇÃO MÍNIMA 119% 134% 195% 115% - - - - - ADEQUAÇÃO MÁXIMA 119% 134% 134% 81% -	NUITDIENTES	Energia	CHO (a)	DTN (a)	LID (a)	VITAMINAS		MINERAIS		
ADEQUAÇÃO Mínima 119% 134% 134% 135% 115% 115%	NUTRIENTES	(kcal)	сно (g)	PIN (g)	LIP (g)	A (mcg)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	
Minima 119% 134% 134% 134% 81% 115% 1 1 1 1 1 1 1 1 1	CÁLCULO	1122,78	174,59	46,79	29,78	149,78	74,01	378,45	5,99	
Máxima 119% 113% 134% 81% 136% 81% 146% 14		119%	134%	195%	115%	-	-	-	-	
SEGUNDA 22/11 TERÇA 23/11 QUARTA 24/11 QUINTA 25/11 SEXTA 26/11		119%	113%	134%	81%	-	-	-	-	
Suco de uva (AF) Leite Suco de tangerina (AF) Vitamina de morango (AF) Batida de maçã (AF) Pão de leite com manteiga (AF) Pão de loite com manteiga (AF) Pão de leite com queijo Pão integral com manteiga (AF) Pão de leite com requeijão Arroz e fejjão carioca Arroz e fejjão carioca Arroz e fejjão carioca Iscas de carne com açafrão Frango à jardineira Carne moída com tomate e cheiro verde Farofa de cenoura Polenta Abobrinha refogada Macarrão à Italiana Brócolis refogado Salada de tomate Salada de beterraba Salada de acelga com cenoura Salada de pepino Salada de alface com tomate Laranja Melancia Banana Maçã Melão Laranja Iogurte de morango AF com Flocos de milho sem açúcar Salada de frutas sem açúcar lanche Natural Banana Suco de uva (AF) / Sanduíche Natural Banana Maçã Melão Salada de tomate Salada de beterraba Salada de retura sem açúcar lanche Natural Banana Sopa de felijão com legumes NUTRIENTES Energia (kcal) CHO (g) PTN (g) LIP (g) Cimplo Ca (mg) Fe (mg) CÁLCULO 1160,56 179,44 50,38 29,98 125,25 72,02 358,33 6,64 ADEQUAÇÃO 133% 138% 210% 115% 8194 115% -	REF PNAE	945	(130-154g)	(24-35g)	(26-37g)					
Pão de leite com manteiga (AF) Pão de forma com manteiga (AF) Pão de leite com queijo Pão integral com manteiga (AF) Pão de leite com requeijão Arroz e feijão carioca Arroz e feijão carioca Arroz e feijão carioca Liscas de carne com açafrão Franço à jardineira Carne moida com tomate e cheiro verde Farofa de cenoura Polenta Abobrinha refogada Macarrão à Italiana Brócolis refogado Salada de tomate Salada de beterraba Salada de acelga com cenoura Salada de pepino Salada de alface com tomate Laranja Melancia Banana Maçã Melão Laranja Salada de frutas sem açúcar lanche Matural Banana Sopa de feijão com macarrão Risoto de frango Sopa cabocla Sopa de feijão com legumes NUTRIENTES (kcal) CHO (g) PTN (g) LIP (g) VITAMINAS MINERAIS ADEQUAÇÃO 123% 138% 210% 1416% 819%			SEGUNDA 22/11	TERÇA 23/11	QUARTA 24/11	QUINTA	A 25/11	SEXTA	26/11	
Almock leite com manteiga (AF) Pao de leite com textural Pao de leite com manteiga (AF) Pao de leite com textural Pao de leite com textu	Docio	ium	Suco de uva (AF)	Leite	Suco de tangerina (AF)	Vitamina de r	morango (AF)	AF) Batida de maçã (AF)		
Almoço Salada de canne com açafrão Frango à jardineira Carne moída com tomate e cheiro verde Peito de frango à milanesa Barreado	Desjej	juiii	Pão de leite com manteiga (AF)	Pão de forma com manteiga (AF)	Pão de leite com queijo	Pão integral cor	n manteiga (AF)	Pão de leite com requeijão		
Almoço Farofa de cenoura Farofa de enerofa Farofa de cenoura Farof			Arroz e feijão carioca	Arroz e feijão preto	Arroz e feijão carioca	Arroz e feijão preto		Arroz e feij	ão carioca	
Farofa de cenoura Polenta Abobrinha refogada Macarrao a Italiana Brocolis refogado Salada de tomate Salada de beterraba Salada de acelga com cenoura Salada de pepino Salada de alface com tomate Laranja Melancia Banana Maçã Melão Leite / Biscoito cream cracker / Banana (AF) com aveia Com aveia Banana (AF) com aveia Banana (AF) com aveia Banana (AF) com aveia	Alma		Iscas de carne com açafrão	Frango à jardineira		Peito de frango à milanesa		Barre	Barreado	
Laranja Melancia Banana Maçã Melão Laranja Melancia Banana Maçã Melão Suco de uva (AF) / Sanduíche Natural Banana Jantr Quirera com molho de frango Sopa de feijão com macarrão NUTRIENTES (kcal) CÁLCULO 1160,56 179,44 50,38 29,98 125,25 72,02 358,33 6,64 ADEQUAÇÃO mínima ADEQUAÇÃO NINTRIA SUSTINGA 117% 14/4% 81%	Aimo	οçο	Farofa de cenoura	Polenta	Abobrinha refogada	Macarrão à Italiana		Brócolis i	ÿ	
Lanter logurte de morango AF com Flocos de milho sem açúcar lanche la milho sem açúcar la mi			Salada de tomate		Salada de acelga com cenoura					
Matural Banana			·	Melancia				Melão		
Dantar Quirera com molho de frango Sopa de feijão com macarrão Risoto de frango Sopa cabocla Sopa de feijão com legumes	Lanc	he		Salada de frutas sem açúcar lanche	` ''			Banana (AF) com aveia		
NUTRIENTES (kcal) CHO (g) PTN (g) LIP (g) A (mcg) C (mg) Ca (mg) Fe (mg) CÁLCULO 1160,56 179,44 50,38 29,98 125,25 72,02 358,33 6,64 ADEQUAÇÃO mínima 123% 138% 210% 115%	Jantar		Quirera com molho de frango	Sopa de feijão com macarrão	Risoto de frango	Sopa cabocla		Sopa de feijão com legumes		
CÁLCULO 1160,56 179,44 50,38 29,98 125,25 72,02 358,33 6,64 ADEQUAÇÃO mínima 123% 138% 210% 115% - <	NUTRIENTES	_	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)					
ADEQUAÇÃO 123% 138% 210% 115%	CÁLCULO	<u> </u>	179 44	50.38	29.98					
ADEQUAÇÃO 173% 147% 144% 81%	ADEQUAÇÃO	<u> </u>	,	•	,		<u> </u>	-	-	
maxima		123%	117%	144%	81%	-	-	-	-	
REF PNAE 945 (130-154g) (24-35g) (26-37g)		945	(130-154g)	(24-35g)	(26-37g)					

CARDÁPIO MATERNAL II E PRÉ SINGULAR B CÁLCULOS NUTRICIONAIS NOVEMBRO /2021

		SEGUNDA 29/11	TERÇA 30/11					
Docini		Leite	Leite	ŀ				
Desjejum		Pão de leite com manteiga (AF)	Pão de forma com manteiga (AF)					
		Arroz e feijão carioca	Arroz e feijão preto					
1		Picadinho de carne	Iscas de frango grelhadas	ľ				
Almo	ço	Cenoura refogada	Legumes refogados	l				
1		Salada de pepino	Salada de alface	l				
		Melão	Maçã					
Lanch	ho	Mamão com aveia	Vitamina de morango / Sanduíche	ľ				
Lanci	16	Wallao Colli avela	Natural					
Janta	ar	Canja	Polenta à bolonhesa	ı				
NUTRIENTES	Energia	CHO (g)	PTN (g)		LIP (g)	LIP (g) VITAN	VITAMINAS	VITAMINAS MINI
	(kcal)	CHO (g)	F 114 (g)		Lif (6)	A (mcg)	A (mcg) C (mg)	A (mcg) C (mg) Ca (mg)
CÁLCULO	1009,52	134,42	51,37		30,38	30,38 191,62	30,38 191,62 68,36	30,38 191,62 68,36 388,09
ADEQUAÇÃO	107%	103%	214%		117%	117%	117%	117%
mínima	107/8	103%	214/0		11776	117/0	117/0	117/0
ADEQUAÇÃO	107%	87%	147%		82%	82%	82%	82%
máxima								
REF PNAE	945	(130-154g)	(24-35g)		(26-37g)	(26-37g)	(26-37g)	(26-37g)

MÉDIA MENSAL

NUTRIENTES	Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	VITAMINAS		MINERAIS	
					A (mcg)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
CÁLCULO	1108,26	166,21	50,82	29,49	152,64	82,53	372,53	5,86
ADEQUAÇÃO	117%	128%	212%	113%	-	-	-	
mínima								-
ADEQUAÇÃO	117%	108%	145%	80%		_	_	
máxima	11770	100/0	80%				-	
REF PNAE	945	(130-154g)	(24-35g)	(26-37g)				