



CARDÁPIO BERÇÁRIO E LACTÁRIO RISOTOLÂNDIA
C2 – MAIOR DE 12 MESES
CÁLCULOS NUTRICIONAIS
MARÇO/2022

MARIA ROSI MARQUES GALVÃO
 MATRÍCULA: 13.4643
 NUTRICIONISTA/ME
 CRN - n.º 3006-9/R

Carolina Sette Barbosa Damasceno
 Departamento de Logística
 Matrícula 184455
 Gerência de Alimentação Escolar

Lais dos Santos
 Departamento de Logística
 Matrícula 184453
 Gerência de Alimentação Escolar

					QUINTA 03/03		SEXTA 04/03	
Desjejum					Leite materno/Leite enriquecido		Leite materno/Leite enriquecido	
Colação					Pão de leite		Pão de leite	
Almoço					Banana		Maçã	
					Arroz e Feijão carioca		Arroz e feijão carioca	
					Isclas de frango		Carne moída com molho	
					Brócolis refogado		Purê de batata mista	
Lanche					Maçã		Mamão	
Jantar					Papinha de abóbora com espinafre		Papinha de abobrinha	
NUTRIENTES	Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	VITAMINAS		MINERAIS	
					A (mcg)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
CÁLCULO	764,17	122,19	37,53	14,98	1095,49	46,31	303,72	4,23
ADEQUAÇÃO Mínima	108%	126%	209%	75%	745%	515%	87%	212%
ADEQUAÇÃO máxima	108%	106%	139%	53%	745%	515%	87%	212%
REF PNAE	705	(97-115g)	(18-27g)	(20-28g)	147	9	350	2
		SEGUNDA 07/03	TERÇA 08/03	QUARTA 09/03	QUINTA 10/03		SEXTA 11/03	
Desjejum		Leite materno/Leite enriquecido	Leite materno/Leite enriquecido	Leite materno/Leite enriquecido	Leite materno/Leite enriquecido		Leite materno/Leite enriquecido	
		Pão de leite	Pão de leite	Pão de leite	Pão de leite		Pão de leite	
Colação		Maçã	Banana	Maçã	Mamão		Maçã	
Almoço		Arroz e Feijão carioca	Arroz e feijão preto	Arroz e feijão carioca	Arroz e Feijão carioca		Arroz e feijão preto	
		Isclas de frango	Carne moída	Isclas de Carne	Carne moída com molho		Isclas de fígado	
		Brócolis refogado	Couve- flor refogada	Abobrinha refogada	Quibebe		Legumes refogados	
Lanche		Banana	Manga	Banana	Maçã		Mamão	
Jantar		Papa de cenoura com couve	Canja	Papa de carne, mandioquinha, cenoura e arroz	Papa de macarrão, frango, abóbora e brócolis		Papa de fígado, batata e cenoura	
NUTRIENTES	Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	VITAMINAS		MINERAIS	
					A (mcg)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
CÁLCULO	699,01	113,56	33,02	13,57	1004,22	39,85	270,24	4,08
ADEQUAÇÃO mínima	99%	117%	183%	68%	683%	443%	77%	204%
ADEQUAÇÃO máxima	99%	99%	122%	48%	683%	443%	77%	204%
REF PNAE	705	(97-115g)	(18-27g)	(20-28g)	147	9	350	2



CARDÁPIO BERÇÁRIO E LACTÁRIO RISOTOLÂNDIA
C2 – MAIOR DE 12 MESES
CÁLCULOS NUTRICIONAIS
MARÇO/2022

MARIA ROSI MARQUES GALVÃO
 MATRÍCULA 13.4643
 NUTRICIONISTA SUE
 CRN - n.º 3006-9 R

Carolina Sette Barbosa Damasceno
 Departamento de Logística
 Matrícula 184455
 Gerência de Alimentação Escolar

Lais dos Santos
 Departamento de Logística
 Matrícula 184453
 Gerência de Alimentação Escolar

		SEGUNDA 14/03	TERÇA 15/03	QUARTA 16/03	QUINTA 17/03		SEXTA 18/03	
Desjejum		Leite materno/Leite enriquecido	Leite materno/Leite enriquecido	Leite materno/Leite enriquecido	Leite materno/Leite enriquecido		Leite materno/Leite enriquecido	
		Pão de leite	Pão de leite	Pão de leite	Pão de leite		Pão de leite	
Colação		Mamão	Maçã	Banana	Maçã		Mamão	
Almoço		Arroz e Feijão carioca	Arroz e feijão preto	Arroz e feijão carioca	Arroz e Feijão carioca		Arroz e feijão preto	
		Carne moída	Isclas de Carne	Isclas de frango	Isclas de fígado		Carne moída com molho	
		Polenta	Batata ensopada	Brócolis cozido	Chuchu refogado		Quibebe	
Lanche		Maçã	Manga	Maçã	Banana		Maçã	
Jantar		Papa de frango com legumes e macarrão	Canja	Papa de fígado, batata e cenoura	Papa de abobrinha, beterraba e frango		Papa de feijão com macarrão	
NUTRIENTES	Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	VITAMINAS		MINERAIS	
					A (mcg)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
CÁLCULO	705,10	115,03	32,97	13,61	1002,56	36,99	260,73	4,16
ADEQUAÇÃO mínima	100%	119%	183%	68%	682%	411%	74%	208%
ADEQUAÇÃO máxima	100%	100%	122%	49%	682%	411%	74%	208%
REF PNAE	705	(97-115g)	(18-27g)	(20-28g)	147	9	350	2

		SEGUNDA 21/03	TERÇA 22/03	QUARTA 23/03	QUINTA 24/03		SEXTA 25/03	
Desjejum		Leite materno/Leite enriquecido	Leite materno/Leite enriquecido	Leite materno/Leite enriquecido	Leite materno/Leite enriquecido		Leite materno/Leite enriquecido	
		Pão de leite	Pão de leite	Pão de leite	Pão de leite		Pão de leite	
Colação		Maçã	Mamão	Manga	Banana		Mamão	
Almoço		Arroz e feijão carioca	Arroz e feijão preto	Arroz e feijão carioca	Arroz e Feijão carioca		Arroz e Feijão preto	
		Isclas de frango	Carne moída com molho	Isclas de frango	Isclas de fígado		Carne moída com molho	
		Polenta	Legumes refogados	Brócolis refogado	Batata salsa refogada		Abobrinha refogada	
Lanche		Mamão	Manga	Mamão	Maçã		Banana	
Jantar		Papa de feijão com macarrão	Papa de abobrinha, beterraba e frango	Papinha de carne com cenoura	Papa de abóbora		Papa de fígado, batata e cenoura	
NUTRIENTES	Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	VITAMINAS		MINERAIS	
					A (mcg)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
CÁLCULO	712,48	113,82	34,15	14,39	1001,94	54,99	271,28	4,33
ADEQUAÇÃO mínima	101%	117%	190%	72%	682%	611%	78%	216%
ADEQUAÇÃO máxima	101%	99%	126%	51%	682%	611%	78%	216%
REF PNAE	705	(97-115g)	(18-27g)	(20-28g)	147	9	350	2



CARDÁPIO BERÇÁRIO E LACTÁRIO RISOTOLÂNDIA
C2 – MAIOR DE 12 MESES
CÁLCULOS NUTRICIONAIS
MARÇO/2022

MARIA ROSI MARQUES GALVÃO
 MATRÍCULA 13.4643
 NUTRICIONISTA/ME
 CRN - n.º 3006-9/R

Carolina Sette Barbosa Damasceno
 Departamento de Logística
 Matrícula 184455
 Gerência de Alimentação Escolar

Lais dos Santos
 Departamento de Logística
 Matrícula 184453
 Gerência de Alimentação Escolar

		SEGUNDA 28/03	TERÇA 29/03	QUARTA 30/03	QUINTA 31/03			
Desjejum		Leite materno/Leite enriquecido	Leite materno/Leite enriquecido	Leite materno/Leite enriquecido	Leite materno/Leite enriquecido			
		Pão de leite	Pão de leite	Pão de leite	Pão de leite			
Colação		Maçã	Manga	Maçã	Banana			
Almoço		Arroz e feijão carioca	Arroz e feijão preto	Arroz e feijão carioca	Arroz e Feijão carioca			
		Iscas de frango	Iscas de fígado	Iscas de Carne	Iscas de frango			
		Brócolis refogado	Batata doce cozida	Polenta	Beterraba cozida			
Lanche		Manga	Banana	Mamão	Maçã			
Jantar		Papa de feijão com macarrão	Papa de abobrinha, beterraba e frango	Canja	Papa de carne com chuchu, mandioquinha e cenoura			
NUTRIENTES	Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	VITAMINAS		MINERAIS	
					A (mcg)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
CÁLCULO	725,19	118,53	34,27	13,79	790,28	32,21	267,87	4,09
ADEQUAÇÃO mínima	102%	122%	190%	69%	538%	358%	77%	204%
ADEQUAÇÃO máxima	102%	103%	127%	49%	538%	358%	77%	204%
REF PNAE	705	(97-115g)	(18-27g)	(20-28g)	147	9	350	2

MÉDIA MENSAL

NUTRIENTES	Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	VITAMINAS		MINERAIS	
					A (mcg)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
CÁLCULO	721,19	116,63	34,39	14,07	978,90	42,07	274,77	4,18
ADEQUAÇÃO mínima	102%	120%	191%	70%	666%	467%	79%	209%
ADEQUAÇÃO máxima	102%	101%	127%	50%	666%	467%	79%	209%
REF PNAE	705	(97-115g)	(18-27g)	(20-28g)	147	9	350	2