



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

MARIA ROSI MARQUES GALVÃO  
 NUTRICIONISTA  
 CRN - n.º 3006-SP/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	
Lanche					Arroz e Feijão carioca		Arroz e feijão carioca	
Jantar					Isclas de frango		Carne moída com molho	
					Brócolis refogado		Purê de batata mista	
					Maçã		Mamão	
					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)
<b>CÁLCULO</b>	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	Quiabebe	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)
<b>CÁLCULO</b>	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 SINGULAR**  
**C2 – MAIOR DE 12 MESES**  
**CÁLCULOS NUTRICIONAIS**  
**MARÇO/2022**

MARIA ROSI MARQUES GALVÃO  
 NUTRICIONISTA  
 CRN - n.º 3006-SP/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		
<b>Desjejum</b>		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		
<b>Colação</b>		Mamão	Maçã	Banana	Maçã	Mamão		
<b>Almoço</b>		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		
<b>Lanche</b>		Maçã	Manga	Maçã	Banana	Maçã		
<b>Jantar</b>		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)
<b>CÁLCULO</b>	705,10	115,03	32,97	13,61	1002,56	36,99	260,73	4,16
<b>ADEQUAÇÃO mínima</b>	100%	119%	183%	68%	682%	411%	74%	208%
<b>ADEQUAÇÃO máxima</b>	100%	100%	122%	49%	682%	411%	74%	208%
<b>REF PNAE</b>	<b>705</b>	(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		
<b>Desjejum</b>		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		
<b>Colação</b>		Maçã	Mamão	Manga	Banana	Mamão		
<b>Almoço</b>		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		
<b>Lanche</b>		Mamão	Manga	Mamão	Maçã	Banana		
<b>Jantar</b>		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)
<b>CÁLCULO</b>	712,48	113,82	34,15	14,39	1001,94	54,99	271,28	4,33
<b>ADEQUAÇÃO mínima</b>	101%	117%	190%	72%	682%	611%	78%	216%
<b>ADEQUAÇÃO máxima</b>	101%	99%	126%	51%	682%	611%	78%	216%
<b>REF PNAE</b>	<b>705</b>	(97-115g)	(18-27g)	(20-28g)	147	9	350	2



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

MARIA ROSI MARQUES GALVÃO  
 MATRÍCULA 13.4643  
 NUTRICIONISTA S/ABE  
 GRN - n.º 3006-9º 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			
<b>Desjejum</b>		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			
<b>Colação</b>		Maçã	Manga	Maçã	Banana			
<b>Almoço</b>		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			
<b>Lanche</b>		Manga	Banana	Mamão	Maçã			
<b>Jantar</b>		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)
<b>CÁLCULO</b>	725,19	118,53	34,27	13,79	790,28	32,21	267,87	4,09
<b>ADEQUAÇÃO mínima</b>	102%	122%	190%	69%	538%	358%	77%	204%
<b>ADEQUAÇÃO máxima</b>	102%	103%	127%	49%	538%	358%	77%	204%
<b>REF PNAE</b>	<b>705</b>	(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)
<b>CÁLCULO</b>	721,19	116,63	34,39	14,07	978,90	42,07	274,77	4,18
<b>ADEQUAÇÃO mínima</b>	102%	120%	191%	70%	666%	467%	79%	209%
<b>ADEQUAÇÃO máxima</b>	102%	101%	127%	50%	666%	467%	79%	209%
<b>REF PNAE</b>	<b>705</b>	(97-115g)	(18-27g)	(20-28g)	147	9	350	2