

**CARDÁPIO MATERNAL I B (1 ano e 7 meses - 2anos e 11 meses) – SINGULAR**  
**CÁLCULOS NUTRICIONAIS**  
**ABRIL/ 2022**

MARIA ROSE MACHES GALVÃO  
 MATRÍCULA: 13.4043  
 NUTRICIONISTA  
 CRN - n.º 3006-R

Carolina de Oliveira Damasceno  
 Departamento de Logística  
 Matrícula 194453  
 Gerência de Alimentação Escolar

Laila dos Santos  
 Departamento de Logística  
 Matrícula 194453  
 Gerência de Alimentação Escolar

						SEXTA 01/04		
Desjejum						Leite		
Colação						Pão de forma com queijo		
Almoço						Maçã		
						Arroz (AF) e feijão carioca		
						Carne Moída Refogada		
						Polenta		
						Salada de pepino		
Lanche						Mamão		
Jantar						Vitamina de morango /Sanduíche Natural		
						Sopa 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>	1272,22	187,34	50,55	38,21	227,18	35,22	765,67	7,08
ADEQUAÇÃO mínima	180%	193%	281%	191%	155%	391%	219%	354%
ADEQUAÇÃO máxima	180%	163%	187%	136%	155%	391%	219%	354%
REF PNAE	705	(97-115g)	(18-27g)	(20-28g)	147	9	350	2

		SEGUNDA 04/04	TERÇA 05/04	QUARTA 06/04	QUINTA 07/04	SEXTA 08/04		
Desjejum		Leite (AF)	Vitamina de morango	Leite (AF)	Leite (AF)	Vitamina de morango		
		Pão de leite com manteiga (AF)	Pão de leite com queijo	Pão integral com manteiga (AF)	Pão de forma com manteiga (AF)	Pão de leite com queijo		
Colação		Mamão	Banana	Maçã	Banana	Maçã		
Almoço		Arroz (AF) e feijão preto (AF)	Arroz (AF) e feijão carioca (AF)	Arroz (AF) e feijão preto (AF)	Arroz (AF) e feijão carioca (AF)	Arroz (AF) e feijão preto (AF)		
		Carne moída com tomate e cheiro verde	Strogonoff de frango	Iscas de frango grelhadas	Frango à camponesa	Iscas de carne		
		Quirera	Cenoura Refogada	Brócolis Refogado	Quibebe	Farofa de couve		
		Salada de tomate	Salada de alface	Salada de tomate com pepino	Salada de alface com tomate	Salada de Beterraba		
		Laranja	Melão	Banana	Maçã (AF)	Mamão		
Lanche		Vitamina de morango/Flocos de milho sem açúcar	Banana com aveia	Mamão com aveia	Vitamina de morango / Sanduíche Napolitano	Leite (AF) / Sanduíche Natural		
Jantar		Sopa de feijão com legumes	Risoto de Frango	Sopa de feijão com macarrão	Polenta à bolonhesa	Sopa de aipim com carne		
NUTRIENTES	Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	VITAMINAS		MINERAIS	
					A (mcg)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
<b>CÁLCULO</b>	1325,67	191,69	61,11	37,16	269,67	89,23	720,85	6,35
ADEQUAÇÃO mínima	187%	198%	339%	186%	183%	991%	206%	317%
ADEQUAÇÃO máxima	187%	167%	226%	133%	183%	991%	206%	317%
REF PNAE	705	(97-115g)	(18-27g)	(20-28g)	147	9	350	2

**CARDÁPIO MATERNAL I B (1 ano e 7 meses - 2anos e 11 meses) – SINGULAR**  
**CÁLCULOS NUTRICIONAIS**  
**ABRIL/ 2022**

MARIA ROSE MARQUES GALVÃO  
 NUTRICIONISTA  
 CRN - n.º 3006-R

Carla do Espírito Santo  
 Departamento de Logística  
 Matrícula 194453  
 Gerência de Alimentação Escolar

Letícia dos Santos  
 Departamento de Logística  
 Matrícula 194453  
 Gerência de Alimentação Escolar

		SEGUNDA 11/04	TERÇA 12/04	QUARTA 13/04	QUINTA 14/04			
Desjejum		Leite (AF)	Leite (AF)	Vitamina de morango	Vitamina de morango			
		Pão de forma com manteiga (AF)	Pão integral com manteiga (AF)	Pão de leite com queijo	Pão de leite com manteiga (AF)			
Colação		Maçã	Mamão	Maçã	Banana			
Almoço		Arroz (AF) e feijão preto (AF)	Arroz (AF) e feijão carioca (AF)	Arroz (AF) e feijão preto (AF)	Arroz e feijão carioca (AF)			
		Frango à jardineira	Bife de panela	Isclas de frango grelhadas	Isclas de carne com açafrão			
		Brócolis refogado	Couve flor refogada	Quirera	Chuchu Refogado			
		Salada de Tomate	Salada de Acelga com Cenoura	Salada de Pepino	Salada de Beterraba			
	Laranja	Mamão	Banana	Melão				
Lanche		Vitamina de morango / Sanduíche Napolitano	Leite (AF)/Flocos de milho sem açúcar / Maçã	Mamão com aveia	Banana com aveia			
Jantar		Canja	Sopa de feijão com legumes	Polenta à bolonhesa	Risoto de Frango			
NUTRIENTES	Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	VITAMINAS		MINERAIS	
					A (mcg)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
<b>CÁLCULO</b>	1278,64	189,40	54,63	36,52	242,21	99,34	588,51	6,28
ADEQUAÇÃO mínima	181%	195%	303%	183%	165%	1104%	168%	314%
ADEQUAÇÃO máxima	181%	165%	202%	130%	165%	1104%	168%	314%
REF PNAE	705	(97-115g)	(18-27g)	(20-28g)	147	9	350	2

		SEGUNDA 18/04	TERÇA 19/04	QUARTA 20/04				
Desjejum		Vitamina de morango	Leite (AF)	Leite (AF)				
		Pão de forma com manteiga (AF)	Pão de leite com queijo	Pão integral com manteiga (AF)				
Colação		Maçã	Banana	Mamão				
Almoço		Arroz (AF) e feijão preto (AF)	Arroz (AF) e feijão carioca (AF)	Arroz (AF) e feijão preto (AF)	Arroz e feijão carioca (AF)			
		Carne moída com tomate e cheiro verde	Frango à jardineira	Isclas de carne com açafrão				
		Quibebe	Cenoura Refogada	Macarrão à Italiana				
		Salada de tomate	Salada de alface	Salada de pepino				
	Maçã	Melão	Mamão					
Lanche		Vitamina de morango/Flocos de milho sem açúcar	Mamão com aveia	Leite (AF)/Sanduíche Natural				
Jantar		Polenta à bolonhesa	Canja	Risoto de frango				
NUTRIENTES	Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	VITAMINAS		MINERAIS	
					A (mcg)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
<b>CÁLCULO</b>	1238,14	176,58	55,10	36,93	246,19	99,90	624,16	5,88
ADEQUAÇÃO mínima	175%	182%	306%	185%	167%	1110%	178%	294%
ADEQUAÇÃO máxima	175%	154%	204%	132%	167%	1110%	178%	294%
REF PNAE	705	(97-115g)	(18-27g)	(20-28g)	147	9	350	2

**CARDÁPIO MATERNAL I B (1 ano e 7 meses - 2anos e 11 meses) – SINGULAR**  
**CÁLCULOS NUTRICIONAIS**  
**ABRIL/ 2022**

MARIA ROSE MARCHES GALVÃO  
 NUTRICIONISTA  
 CRN - n.º 3006-8/R

Carolina de Oliveira Damasceno  
 Departamento de Logística  
 Matrícula 194453  
 Gerência de Alimentação Escolar

Lata dos Santos  
 Departamento de Logística  
 Matrícula 194453  
 Gerência de Alimentação Escolar

		SEGUNDA 25/04	TERÇA 26/04	QUARTA 27/04	QUINTA 28/04	SEXTA 29/04		
<b>Desjejum</b>		Leite (AF)	Leite (AF)	Vitamina de morango	Leite (AF)	Leite (AF)		
		Pão integral com manteiga (AF)	Pão de forma com manteiga (AF)	Pão de leite com queijo	Pão integral com manteiga (AF)	Pão de leite com queijo		
<b>Colação</b>		Mamão	Banana	Maçã	Banana	Mamão		
<b>Almoço</b>		Arroz (AF) e feijão preto (AF)	Arroz (AF) e feijão carioca (AF)	Arroz (AF) e feijão preto (AF)	Arroz (AF) e feijão carioca (AF)	Arroz (AF) e feijão preto (AF)		
		Isclas de carne	Isclas de frango grelhadas	Frango à jardineira	Barreado	Carne moída com tomate e cheiro verde		
		Quirera	Creme de milho	Macarrão à Italiana	Brócolis refogado	Farofa de couve		
		Salada de tomate	Salada de acelga	Salada de tomate com pepino	Salada de beterraba	Salada de cenoura		
	Melão	Banana	Maçã	Laranja	Mamão			
<b>Lanche</b>		Vitamina de morango / Bolo de banana e aveia	Vitamina de morango /Sanduíche Natural	Leite (AF)/Flocos de milho sem açúcar / Banana	Mamão com aveia	Banana com aveia		
<b>Jantar</b>		Canja	Sopa de feijão com legumes	Polenta à bolonhesa	Risoto de frango	Sopa 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>	1383,75	193,32	60,98	43,43	287,97	100,41	778,19	6,50
<b>ADEQUAÇÃO mínima</b>	195%	199%	339%	217%	196%	1116%	222%	325%
<b>ADEQUAÇÃO máxima</b>	195%	168%	226%	155%	196%	1116%	222%	325%
<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>	1299,69	187,67	56,47	38,45	254,64	84,82	695,48	6,42
<b>ADEQUAÇÃO mínima</b>	184%	193%	314%	192%	173%	942%	199%	321%
<b>ADEQUAÇÃO máxima</b>	184%	163%	209%	137%	173%	942%	199%	321%
<b>REF PNAE</b>	<b>705</b>	(97-115g)	(18-27g)	(20-28g)	147	9	350	2