



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

Maria dos Santos
 MARIA DOS SANTOS GALVÃO
 MATRÍCULA: 13.4643
 NUTRICIONISTA/SMME
 CRN - n.º 3006-SP/R

Carolina
 Carolina Sotte Barbosa Damasceno
 Departamento de Logística
 Matrícula 194455
 Gerência de Alimentação Escolar

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

				QUARTA 01/06	QUINTA 02/06	SEXTA 03/06		
Desjejum				Leite materno/Leite enriquecido	Leite materno/Leite enriquecido	Leite materno/Leite enriquecido		
Colação				Pão de leite	Pão de leite	Pão de leite		
Almoço				Maçã	Mamão	Banana		
Lanche				Arroz e feijão carioca	Arroz e Feijão carioca	Arroz e feijão preto		
Jantar				Isclas de Carne	Carne moída com molho	Isclas de fígado		
				Abobrinha refogada	Polenta	Legumes refogados		
				Banana	Manga	Mamão		
				Papa de frango com legumes e macarrão	Papa de carne com chuchu, mandioquinha e cenoura	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	686,01	111,94	32,13	13,20	1606,98	45,60	258,95	4,43
ADEQUAÇÃO mínima	97%	115%	178%	66%	1093%	507%	74%	222%
ADEQUAÇÃO máxima	97%	97%	119%	47%	1093%	507%	74%	222%
REF PNAE	705	(97-115g)	(18-27g)	(20-28g)	147	9	350	2

		SEGUNDA 06/06	TERÇA 07/06	QUARTA 08/06	QUINTA 09/06	SEXTA 10/06		
Desjejum		Leite materno/Leite enriquecido	Leite materno/Leite enriquecido	Leite materno/Leite enriquecido	Leite materno/Leite enriquecido	Leite materno/Leite enriquecido		
Colação		Pão de leite	Pão de leite	Pão de leite	Pão de leite	Pão de leite		
Almoço		Maçã	Mamão	Maçã	Mamão	Maçã		
Lanche		Arroz e Feijão carioca	Arroz e Feijão carioca	Arroz e feijão preto	Arroz e feijão carioca	Arroz e feijão preto		
Jantar		Isclas de frango	Carne moída	Isclas de Carne	Isclas de frango	Isclas de fígado		
		Chuchu refogado	Polenta	Batata salsa cozida	Brócolis cozido	Cenoura refogada		
		Banana	Manga	Banana	Maçã	Mamão		
		Papa de cenoura com couve	Papa de fígado, batata e cenoura	Papa de legumes	Papa de abóbora	Papa de carne, mandioquinha, cenoura e arroz		
NUTRIENTES	Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	VITAMINAS		MINERAIS	
					A (mcg)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
CÁLCULO	691,84	113,78	32,50	12,81	1004,99	46,15	265,30	4,01
ADEQUAÇÃO mínima	98%	117%	181%	64%	684%	513%	76%	200%
ADEQUAÇÃO máxima	98%	99%	120%	46%	684%	513%	76%	200%
REF PNAE	705	(97-115g)	(18-27g)	(20-28g)	147	9	350	2

		SEGUNDA 13/06	TERÇA 14/06	QUARTA 15/06				
Desjejum	Leite materno/Leite enriquecido		Leite materno/Leite enriquecido		Leite materno/Leite enriquecido			
	Pão de leite		Pão de leite		Pão de leite			
Colação	Maçã		Mamão		Banana			
Almoço	Arroz e Feijão carioca		Arroz e feijão preto		Arroz e feijão carioca			
	Carne moída		Isclas de Carne		Isclas de frango			
	Beterraba cozida		Purê de batatas		Brócolis cozido			
Lanche	Mamão		Manga		Maçã			
Jantar	Canja		Papa de cenoura com couve		Papa de macarrão, frango, abóbora e brócolis			
NUTRIENTES	Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	VITAMINAS		MINERAIS	
					A (mcg)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
CÁLCULO	683,04	110,08	32,98	13,16	95,62	47,08	287,27	3,29
ADEQUAÇÃO mínima	96%	113%	183%	66%	65%	523%	82%	164%
ADEQUAÇÃO máxima	96%	96%	122%	47%	65%	523%	82%	164%
REF PNAE								

		SEGUNDA 20/06	TERÇA 21/06	QUARTA 22/06	QUINTA 23/06	SEXTA 24/06			
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		Mamão		Banana		Maçã		
Almoço	Arroz e feijão carioca		Arroz e feijão carioca		Arroz e feijão preto		Arroz e feijão preto		
	Isclas de frango		Isclas de frango		Isclas de fígado		Carne moída		
	Polenta		Beterraba cozida		Batata doce cozida		Couve- flor refogada		
Lanche	Mamão		Manga		Mamão		Maçã		
Jantar	Papa de abobrinha, beterraba e frango		Papa de abóbora		Canja		Papa de 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	680,36	111,62	32,43	12,44	1001,78	50,93	261,34	3,72	
ADEQUAÇÃO mínima	96%	115%	180%	62%	681%	566%	75%	186%	
ADEQUAÇÃO máxima	96%	97%	120%	44%	681%	566%	75%	186%	
REF PNAE	705	(97-115g)	(18-27g)	(20-28g)	147	9	350	2	

		SEGUNDA 27/06	TERÇA 28/06	QUARTA 29/06	QUINTA 30/06			
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	Banana	Maçã	Mamão			
Almoço		Arroz e feijão carioca	Arroz e feijão preto	Arroz e feijão preto	Arroz e feijão carioca			
		Carne moída	Isclas de fígado	Isclas de frango	Isclas de Carne			
		Polenta	Cenoura refogada	Batata salsa cozida	Legumes refogados			
Lanche		Manga	Maçã	Manga	Banana			
Jantar		Papa de carne, abobrinha e macarrão	Papa de legumes	Canja	Papa de carne, mandioquinha, cenoura e arroz			
NUTRIENTES	Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	VITAMINAS		MINERAIS	
					A (mcg)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
CÁLCULO	716,27	116,47	33,96	13,66	793,08	27,24	255,91	3,96
ADEQUAÇÃO mínima	101%	120%	189%	68%	540%	303%	73%	198%
ADEQUAÇÃO máxima	101%	101%	126%	49%	540%	303%	73%	198%
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	691,50	112,78	32,80	13,06	900,49	43,40	265,75	3,88
ADEQUAÇÃO mínima	98%	116%	182%	65%	613%	482%	76%	194%
ADEQUAÇÃO máxima	98%	98%	121%	47%	613%	482%	76%	194%
REF PNAE	705	(97-115g)	(18-27g)	(20-28g)	147	9	350	2