CURITIBA

CARDÁPIO BERÇÁRIO E LACTÁRIO RISOTOLÂNDIA - C
C2 – 9 A 11 MESES
CÁLCULOS NUTRICIONAIS
FEVEREIRO /2023

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

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

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

			TERÇA 14/02	QUARTA 15/02	QUINTA 16/02	SEXTA 17/02
Desjejum			Leite materno/Leite enriquecido	Leite materno/Leite enriquecido	Leite Materno/ Leite enriquecido	Leite Materno/ Leite enriquecido
Colação			Banana	Melão	Banana	Mamão
Almoço			Arroz e Feijão carioca	Arroz e feijão preto	Arroz e Feijão carioca	Arroz e feijão preto
			Iscas de frango grelhadas	Carne moída com molho	Iscas de frango com batata	Carne moída
			Brócolis cozido	Purê de batata	Cenoura refogada	Batata doce cozida
Lanche			Manga	Creme de morango	Maçã	Banana
Jantar			Papa de carne, abobrinha e macarrão	Papa de legumes com frango e espinafre	Papa de fubá, carne e couve	Papa de frango, beterraba e batata

NUTRIENTES	Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	VITAMINAS		MINERAIS	
					A (mcg)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
CÁLCULO	637,02	96,05	33,51	14,14	110,43	37,48	293,72	3,70
ADEQUAÇÃO mínima	**134%**	148%	279%	109%	32%	107%	161%	74%
ADEQUAÇÃO máxima	**134%**	125%	186%	79%	32%	107%	161%	74%
REF PNAE	**475**	(65-77g)	(12-18g)	(13-18g)	350	35	182	5

			QUINTA 23/02	SEXTA 24/02
Desjejum			Leite materno/Leite enriquecido	Leite materno/Leite enriquecido
Colação			Maçã	Mamão
Almoço			Arroz e feijão preto	Arroz e Feijão carioca
			Iscas de frango grelhadas	Iscas de fígado
			Quibebe	Batata ensopada
Lanche			Melão	Banana
Jantar			Papinha de carne com cenoura	Papa de frango com batata doce, chuchu e brócolis

NUTRIENTES	Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	VITAMINAS		MINERAIS	
					A (mcg)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
CÁLCULO	578,87	89,91	31,00	11,51	1489,95	43,80	259,78	3,94
ADEQUAÇÃO mínima	**122%**	138%	258%	89%	426%	125%	143%	79%
ADEQUAÇÃO máxima	**122%**	117%	172%	64%	426%	125%	143%	79%
REF PNAE	**475**	(65-77g)	(12-18g)	(13-18g)	350	35	182	5

CURITIBA

CARDÁPIO BERÇÁRIO E LACTÁRIO RISOTOLÂNDIA - C
C2 – 9 A 11 MESES
CÁLCULOS NUTRICIONAIS
FEVEREIRO /2023

MARIA ROSI MARQUES GALVÃO
MATRÍCULA 13.4643
NUTRICIONISTA/SME
CRN - n.º 3006-8ª R

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

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

	SEGUNDA 27/02	TERÇA 28/02
Desjejum	Leite materno/Leite enriquecido	Leite materno/Leite enriquecido
Colação	Manga	Maçã
Almoço	Arroz e feijão preto	Arroz e Feijão carioca
	Carne moída	Iscas de frango com tomate
	Couve- flor refogada	Brócolis cozido
Lanche	Banana	Creme de morango
Jantar	Canja	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	673,04	102,16	33,69	15,44	1027,14	35,24	394,51	3,82
ADEQUAÇÃO mínima	**142%**	157%	281%	119%	293%	101%	217%	76%
ADEQUAÇÃO máxima	**142%**	133%	187%	86%	293%	101%	217%	76%
REF PNAE	**475**	(65-77g)	(12-18g)	(13-18g)	350	35	182	5

MÉDIA MENSAL

NUTRIENTES	Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	VITAMINAS		MINERAIS	
					A (mcg)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
CÁLCULO	629,64	96,04	32,73	13,70	875,84	38,84	316,00	3,82
ADEQUAÇÃO mínima	**133%**	148%	273%	105%	250%	111%	174%	76%
ADEQUAÇÃO máxima	**133%**	125%	182%	76%	250%	111%	174%	76%
REF PNAE	475	(65-77g)	(12-18g)	(13-18g)	350	35	182	5