

**CARDÁPIO MATERNAL II (1 ano e 7 meses - 2anos e 11 meses) – SINGULAR - E**  
**CÁLCULOS NUTRICIONAIS**  
**ABRIL / 2023**

MARIA ROSI MARQUES GALVÃO  
 MATRÍCULA: 13.4645  
 NUTRICIONISTA  
 CRN - n.º 3006-9/R

Carine Brito Brito Damasceno  
 Departamento de Logística  
 Matrícula 164453  
 Gerência de Alimentação Escolar

Lais dos Santos  
 Departamento de Logística  
 Matrícula 164453  
 Gerência de Alimentação Escolar

		SEGUNDA 03/04	TERÇA 04/04	QUARTA 05/04	QUINTA 06/04			
Desjejum		Vitamina de morango	Batida de maçã	Vitamina de mamão	Suco de uva AF			
		Pão de forma com manteiga	Pão integral com queijo	Pão de leite com manteiga	Pão de forma com manteiga			
Almoço		Arroz e feijão preto	Arroz e feijão carioca	Arroz e feijão preto	Arroz e feijão carioca			
		Frango à jardineira	Strogonoff de frango	Carne moída com tomate e cheiro verde	Bife ao molho rotty			
		Abobrinha colorida	Macarrão ao sugo	Batata salsa refogada	Batata doce cozida			
		Salada de tomate	Salada de cenoura	Salada de alface	Salada de abobrinha			
		Melão	Laranja	Mamão	Maçã AF			
Lanche		Vitamina de manga / flocos de milho sem açúcar	Banana / aveia em flocos finos	Suco de laranja/ Muffin de maçã e uva passas	Vitamina de morango / flocos de milho sem açúcar			
Jantar		Arroz carreteiro	Sopa de carne, batata e brócolis	Polenta som almôndegas ao molho	Sopa camponesa			
NUTRIENTES	Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	VITAMINAS		MINERAIS	
					A (mcg)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
<b>CÁLCULO</b>	966,21	127,81	36,47	23,88	147,94	63,46	333,73	4,97
ADEQUAÇÃO mínima	136%	132%	203%	119%	101%	705%	95%	248%
ADEQUAÇÃO máxima	136%	111%	135%	85%	101%	705%	95%	248%
REF PNAE	705	(97-115g)	(18-27g)	(20-28g)	147	9	350	2

		SEGUNDA 10/04	TERÇA 11/04	QUARTA 12/04	QUINTA 13/04	SEXTA 14/04		
Desjejum		Vitamina de morango	Vitamina de frutas	Suco de uva	Vitamina de goiaba	Suco de laranja AF (orgânico)		
		Pão de integral com manteiga	Pão de forma com manteiga	Pão de leite com manteiga	Pão de forma com manteiga	Pão de leite com queijo		
Almoço		Arroz e feijão preto	Arroz e feijão carioca	Arroz e feijão preto	Arroz e feijão carioca	Arroz e feijão preto		
		Frango ensopado	Bolinho de carne	Carne moída com tomate e cheiro verde	Bife com molho de ervilha	Strogonoff de frango		
		Polenta	Beterraba cozida	Creme de milho	Brócolis AF (orgânico) cozido	Purê de ervilhas		
		Salada de pepino	Salada de acelga	Salada de cenoura	Salada de abobrinha	Salada de repolho verde com repolho roxo		
		Maçã	Melão	Mamão	Banana AF (orgânica)	Maçã AF		
Lanche		Banana / flocos de arroz	Suco de maçã / Pão de leite com queijo	Sagu de uva	Vitamina de manga / Flocos de milho sem açúcar	Suco de uva AF / Sanduíche napolitano		
Jantar		Risoto de frago - jantar	Canja	Sopa de feijão com macarrão	Arroz carreteiro	Polenta com molho de frango - jantar		
NUTRIENTES	Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	VITAMINAS		MINERAIS	
					A (mcg)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
<b>CÁLCULO</b>	1162,88	168,56	50,33	33,73	184,15	70,19	485,67	5,98
ADEQUAÇÃO mínima	164%	174%	280%	169%	125%	780%	139%	299%
ADEQUAÇÃO máxima	164%	147%	186%	120%	125%	780%	139%	299%
REF PNAE	705	(97-115g)	(18-27g)	(20-28g)	147	9	350	2

**CARDÁPIO MATERNAL II (1 ano e 7 meses - 2anos e 11 meses) – SINGULAR - E**  
**CÁLCULOS NUTRICIONAIS**  
**ABRIL / 2023**

MARIA ROSI MARQUES GALVÃO  
 MATRÍCULA: 13.4645  
 NUTRICIONISTA  
 CRN - n.º 3006-SP-R

Carine de Brito Pereira Damasceno  
 Departamento de Logística  
 Matrícula 164453  
 Gerência de Alimentação Escolar

Lais dos Santos  
 Departamento de Logística  
 Matrícula 164453  
 Gerência de Alimentação Escolar

		SEGUNDA 17/04	TERÇA 18/04	QUARTA 19/04	QUINTA 20/04			
Desjejum		Suco de maçã	Vitamina de manga	Batida de maçã	Suco de laranja AF (orgânico)			
		Pão integral com manteiga	Pão de leite com queijo	Pão integral com manteiga	Pão de forma com manteiga			
Almoço		Arroz e feijão preto	Arroz e feijão carioca	Arroz e feijão preto	Arroz e feijão carioca			
		Strogonoff de carne	Frango assado	Isclas de carne com açafrão	Ensopado caipira			
		Chuchu refogado	Creme de milho	Jardineira de legumes	Farofa de cenoura			
		Salada de tomate	Salada de alface	Salada de repolho	Salada de acelga com cenoura			
	Laranja	Caqui	Banana	Kiwi AF (orgânico)				
Lanche		Vitamina de frutas / Flocos de milho sem açúcar	Mamão / flocos de arroz	Sagu de uva	Banana / aveia em flocos finos			
Jantar		Macarrão à bolonhesa	Canja	Sopa de carne, batata e brócolis	Sopa de feijão com legumes			
NUTRIENTES	Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	VITAMINAS		MINERAIS	
					A (mcg)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
<b>CÁLCULO</b>	931,32	126,20	31,81	17,06	103,65	48,03	191,41	5,23
ADEQUAÇÃO mínima	132%	130%	177%	85%	71%	534%	55%	262%
ADEQUAÇÃO máxima	132%	110%	118%	61%	71%	534%	55%	262%
REF PNAE	705	(97-115g)	(18-27g)	(20-28g)	147	9	350	2

		SEGUNDA 24/04	TERÇA 25/04	QUARTA 26/04	QUINTA 27/04	SEXTA 28/04		
Desjejum		Suco de uva AF	Vitamina de morango	Vitamina de banana	Suco de laranja AF (orgânica)	Vitamina de frutas		
		Pão de forma com manteiga	Pão de leite com manteiga	Pão integral com manteiga	Pão de leite com manteiga	Pão de forma com queijo		
Almoço		Arroz e feijão preto	Arroz e feijão carioca	Arroz e feijão preto	Arroz e feijão carioca	Arroz e feijão preto		
		Carne moída com tomate e cheiro verde	Peito de frango à milanesa	Ensopado caipira	Barreado	Strogonoff de frango		
		Polenta	Macarrão ao alho e óleo	Cenoura com brócolis refogados	Farofa de banana	Couve-flor refogada		
		Salada de tomate	Salada de abobrinha	Salada de alface com tomate	Salada de beterraba	Salada de repolho verde com repolho roxo		
	Maçã	Laranja	melão	Kiwi	Mamão			
Lanche		Creme de morango / Banana	Vitamina de frutas / Flocos de milho sem açúcar	Suco de maçã AF / Bolo de banana com aveia	logurte de morango / Flocos de milho sem açúcar	Suco de uva AF / Sanduíche natural		
Jantar		Arroz carreteiro	Quirera com molho de frango	Sopa de feijão com macarrão	Risoto de frango - jantar	Sopa de aipim AF (orgânico) com carne		
NUTRIENTES	Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	VITAMINAS		MINERAIS	
					A (mcg)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
<b>CÁLCULO</b>	1175,96	182,70	49,31	12,80	138,27	96,13	382,86	5,96
ADEQUAÇÃO mínima	166%	188%	274%	159%	94%	1068%	109%	298%
ADEQUAÇÃO máxima	166%	159%	183%	114%	94%	1068%	109%	298%
REF PNAE	705	(97-115g)	(18-27g)	(20-28g)	147	9	350	2

**CARDÁPIO MATERNAL II (1 ano e 7 meses - 2anos e 11 meses) – SINGULAR - E**  
**CÁLCULOS NUTRICIONAIS**  
**ABRIL / 2023**

MARIA ROSI MARQUES GALVAO  
 MATRICULA: 13.4643  
 NUTRICIONISTA/MSME  
 CRN - n.º 3006-07 R

Carolina Brito Brito e Damasceno  
 Departamento de Logística  
 Matrícula 184453  
 Gerência de Alimentação Escolar

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

**MÉDIA MENSAL**

NUTRIENTES	Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	VITAMINAS		MINERAIS	
					A (mcg)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
<b>CÁLCULO</b>	847,27	121,05	33,58	21,30	114,80	55,56	278,74	4,43
<b>ADEQUAÇÃO mínima</b>	120%	125%	187%	106%	78%	617%	80%	221%
<b>ADEQUAÇÃO máxima</b>	120%	105%	124%	76%	78%	617%	80%	221%
<b>REF PNAE</b>	<b>705</b>	(97-115g)	(18-27g)	(20-28g)	147	9	350	2