



Milena Schardong
Milena Schardong
Departamento de Logística
Matrícula 189507 / Nutricionista SME
Gerência de Alimentação Escolar

Nadia R. dos Santos Sato
Nadia Rafaela dos Santos Sato
Departamento de Logística
Matrícula 189511 / Nutricionista SME
Gerência de Alimentação Escolar

CARDÁPIO BERÇÁRIO E LACTÁRIO RISOTOLÂNDIA - F
C2 – MAIOR DE 12 MESES
CÁLCULOS NUTRICIONAIS
SETEMBRO /2023

Juliana R. D. Guedes
Juliana Rodrigues Dias Guedes
Departamento de Logística
Matrícula 184452
Gerência de Alimentação Escolar

OS ALIMENTOS DEVEM SER SERVIDOS NA TEXTURA ADEQUADA A CADA FASE DE DESENVOLVIMENTO DOS BEBÊS. AS FRUTAS DEVEM SER SERVIDAS RASPADAS OU AMASSADAS
A OFERTA DE FRUTAS DEVE SER FEITA SOMENTE PARA AS CRIANÇAS QUE JÁ TENHAM INICIADO A INTRODUÇÃO ALIMENTAR POR ORIENTAÇÃO DO PROFISSIONAL DE SAÚDE.

						SEXTA 01/09		
Desjejum						Leite materno/Leite enriquecido		
Colação						Pão de leite		
Almoço						Melão		
						Arroz e Feijão preto		
						Isclas de frango com batata		
Lanche						Beterraba cozida		
Jantar						Maçã assada		
NUTRIENTES	Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	VITAMINAS		MINERAIS	
					A (mcg)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
CÁLCULO	125,48	20,69	6,23	2,15	19,42	6,68	48,89	0,60
ADEQUAÇÃO mínima	18%	21%	35%	11%	13%	74%	14%	30%
ADEQUAÇÃO máxima	18%	18%	23%	8%	13%	74%	14%	30%
REF PNAE	705	(97-115g)	(18-27g)	(20-28g)	147	9	350	2

		SEGUNDA 04/09	TERÇA 05/09	QUARTA 06/09				
Desjejum		Leite materno/Leite enriquecido	Leite materno/Leite enriquecido	Leite materno/Leite enriquecido				
Colação		Pão de leite	Pão de leite	Pão de leite				
Almoço		Banana	Maçã	Manga				
		Arroz e Feijão carioca	Arroz e feijão preto	Arroz e Feijão carioca				
		Carne moída	Isclas de frango grelhadas	Isclas de carne				
		Brócolis cozido	Legumes refogados	Couve- flor refogada				
Lanche		Mamão	Melão	Banana				
Jantar		Papa de frango com legumes e macarrão	Papinha de carne com cenoura	Papa de legumes com frango e espinafre				
NUTRIENTES	Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	VITAMINAS		MINERAIS	
					A (mcg)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
CÁLCULO	389,65	63,03	19,38	7,33	60,81	22,82	161,32	2,04
ADEQUAÇÃO mínima	55%	65%	108%	37%	41%	254%	46%	102%
ADEQUAÇÃO máxima	55%	55%	72%	26%	41%	254%	46%	102%
REF PNAE	705	(97-115g)	(18-27g)	(20-28g)	147	9	350	2



Milena Scharadong
Milena Scharadong
Departamento de Logística
Matrícula 189507 / Nutricionista SME
Gerência de Alimentação Escolar

Nadia R. dos Santos Sato
Nadia Rafaela dos Santos Sato
Departamento de Logística
Matrícula 189511 / Nutricionista SME
Gerência de Alimentação Escolar

CARDÁPIO BERÇÁRIO E LACTÁRIO RISOTOLÂNDIA - F
C2 – MAIOR DE 12 MESES
CÁLCULOS NUTRICIONAIS
SETEMBRO /2023

Juliana R. D. Guedes
Juliana Rodrigues Dias Guedes
Departamento de Logística
Matrícula 184452
Gerência de Alimentação Escolar

OS ALIMENTOS DEVEM SER SERVIDOS NA TEXTURA ADEQUADA A CADA FASE DE DESENVOLVIMENTO DOS BEBÊS. AS FRUTAS DEVEM SER SERVIDAS RASPADAS OU AMASSADAS
A OFERTA DE FRUTAS DEVE SER FEITA SOMENTE PARA AS CRIANÇAS QUE JÁ TENHAM INICIADO A INTRODUÇÃO ALIMENTAR POR ORIENTAÇÃO DO PROFISSIONAL DE SAÚDE.

		SEGUNDA 11/09	TERÇA 12/09	QUARTA 13/09	QUINTA 14/09		SEXTA 15/09	
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	Melão	Banana	Maçã		Mamão	
		Arroz e feijão preto	Arroz e Feijão carioca	Arroz e feijão preto	Arroz e Feijão carioca		Arroz e feijão preto	
		Isclas de fígado	Isclas de frango com batata	Carne moída	Isclas de frango grelhadas		Isclas de carne	
		Batata ensopada	Abobrinha refogada	Batata salsa cozida	Brócolis refogado		Beterraba cozida	
Lanche		Mingau de aveia	Manga	Pera cozida	Melão		Leite/ Bolo de banana com aveia	
Jantar		Papa de frango com batata doce, chuchu e brócolis	Papinha de abóbora com espinafre	Canja	Papinha de carne com cenoura		Papinha de abobrinha	
NUTRIENTES	Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	VITAMINAS		MINERAIS	
					A (mcg)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
CÁLCULO	832,72	135,57	37,85	16,19	1081,23	30,17	360,91	4,16
ADEQUAÇÃO mínima	118%	140%	210%	81%	736%	335%	103%	208%
ADEQUAÇÃO máxima	118%	118%	140%	58%	736%	335%	103%	208%
REF PNAE	705	(97-115g)	(18-27g)	(20-28g)	147	9	350	2

		SEGUNDA 18/09	TERÇA 19/09	QUARTA 20/09	QUINTA 21/09		SEXTA 22/09	
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		Banana	Maçã	Melão	Papa de maçã com laranja		Mamão	
		Arroz e Feijão carioca	Arroz e feijão preto	Arroz e Feijão carioca	Arroz e feijão preto		Arroz e Feijão carioca	
		Carne moída com molho	Isclas de frango com tomate	Carne moída	Isclas de frango grelhadas		Isclas de carne	
		Purê de batata	Legumes refogados	Polenta	Cenoura refogada		Couve- flor refogada	
Lanche		Papinha de frutas cozidas sem açúcar	Melão	Pera cozida	Mingau de aveia		Manga	
Jantar		Papa de macarrão, frango, abóbora e brócolis	Papa de fubá, carne e couve	Papa de legumes com frango e espinafre	Papinha de abóbora com espinafre		Papa de batata com espinafre e abóbora	
NUTRIENTES	Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	VITAMINAS		MINERAIS	
					A (mcg)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
CÁLCULO	813,37	132,95	37,63	15,53	516,26	37,42	337,13	4,00
ADEQUAÇÃO mínima	115%	137%	209%	78%	351%	416%	96%	200%
ADEQUAÇÃO máxima	115%	116%	139%	55%	351%	416%	96%	200%
REF PNAE	705	(97-115g)	(18-27g)	(20-28g)	147	9	350	2



Milena Schardong
Milena Schardong
 Departamento de Logística
 Matrícula 189507 / Nutricionista SME
 Gerência de Alimentação Escolar

Nadia R. dos Santos Sato
Nadia Rafaela dos Santos Sato
 Departamento de Logística
 Matrícula 189511 / Nutricionista SME
 Gerência de Alimentação Escolar

CARDÁPIO BERÇÁRIO E LACTÁRIO RISOTOLÂNDIA - F
C2 – MAIOR DE 12 MESES
CÁLCULOS NUTRICIONAIS
SETEMBRO /2023

Juliana R. D. Guedes
Juliana Rodrigues Dias Guedes
 Departamento de Logística
 Matrícula 184452
 Gerência de Alimentação Escolar

OS ALIMENTOS DEVEM SER SERVIDOS NA TEXTURA ADEQUADA A CADA FASE DE DESENVOLVIMENTO DOS BEBÊS. AS FRUTAS DEVEM SER SERVIDAS RASPADAS OU AMASSADAS
A OFERTA DE FRUTAS DEVE SER FEITA SOMENTE PARA AS CRIANÇAS QUE JÁ TENHAM INICIADO A INTRODUÇÃO ALIMENTAR POR ORIENTAÇÃO DO PROFISSIONAL DE SAÚDE.

		SEGUNDA 25/09	TERÇA 26/09	QUARTA 27/09	QUINTA 28/09		SEXTA 29/09	
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	Melão	Banana	Maçã		Mamão	
Almoço		Arroz e Feijão carioca	Arroz e feijão preto	Arroz e Feijão carioca	Arroz e feijão preto		Arroz e Feijão carioca	
		Carne moída	Iscas de frango grelhadas	Iscas de carne	Iscas de frango com batata		Carne moída com molho	
		Chuchu refogado	Beterraba cozida	Purê de batata mista	Quibebe		Abobrinha refogada	
Lanche		Banana	Papinha de frutas cozidas sem açúcar	Creme de morango	Pera cozida		Papinha de frutas cozidas sem açúcar	
Jantar		Papa de abobrinha, beterraba e frango	Papa de abóbora	Papa de brócolis	Papa de carne, mandioca, cenoura e chuchu		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	748,26	120,79	34,30	15,10	122,07	43,20	325,09	3,60
ADEQUAÇÃO mínima	106%	125%	191%	75%	83%	480%	93%	180%
ADEQUAÇÃO máxima	106%	105%	127%	54%	83%	480%	93%	180%
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	581,90	94,61	27,07	11,26	359,95	28,06	246,67	2,88
ADEQUAÇÃO mínima	82%	98%	150%	56%	245%	312%	70%	144%
ADEQUAÇÃO máxima	82%	82%	100%	40%	245%	312%	70%	144%
REF PNAE	705	(97-115g)	(18-27g)	(20-28g)	147	9	350	2