



Cardápio B - RESTRITA EM FENILALANINA (250MG)
Julho / 2025
MATERNAL II E PRÉ

Milena Schardong Agnoletto
Gerência de Alimentação
Matrícula 189507
Nutricionista/CRN-8 12407

Nadia Rafaela dos Santos Sato
Gerência de Alimentação
Matrícula 189511
Nutricionista/CRN-8 9129

Manoela Nóbrega Lorenzi
Gerência de Alimentação
Matrícula 192196
Nutricionista/CRN-8 4750

CONTROLE
de refeições



Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 30/06	Terça-Feira, 01/07	Quarta-Feira, 02/07	Quinta-Feira, 03/07	Sexta-Feira, 04/07	Sábado, 05/07
DESJEJUM		• CHÁ DE ERVA DOCE SEM AÇÚCAR 190 ml (FEN 0,00) • PÃO RESTRITO EM FENIL 25 g (FEN 35,00) • MARGARINA 8 g (FEN 1,12)	• CHÁ DE ERVA DOCE SEM AÇÚCAR 190 ml (FEN 0,00) • BISCOITO SALGADO FENIL 25 g (FEN 0,00)	• CHÁ DE ERVA DOCE SEM AÇÚCAR 190 ml (FEN 0,00) • PÃO RESTRITO EM FENIL 25 g (FEN 35,00) • MARGARINA 8 g (FEN 1,12)		
ALMOÇO		• ARROZ FENILCETONÚRIA 50 g (FEN 56,68) • BATATA DOCE COZIDA (30) 30 g (FEN 25,20) • ABÓBORA COZIDA (30) 30 g (FEN 10,35) • SALADA DE ACELGA 20 g (FEN 13,52) • LARANJA (100) 100 g (FEN 29,99)	• ARROZ FENILCETONÚRIA 50 g (FEN 56,68) • BATATA INGLESA COZIDA (30) 30 g (FEN 26,07) • SALADA DE TOMATE (20) 20 g (FEN 8,80) • MAMÃO (100) 100 g (FEN 29,12) • ABOBRINHA COZIDA (40) 40 g (FEN 32,00)	• ARROZ FENILCETONÚRIA 50 g (FEN 56,68) • BATATA DOCE COZIDA (30) 30 g (FEN 25,20) • CENOURA COZIDA (30) 30 g (FEN 11,10) • SALADA DE ALFACE (10) 10 g (FEN 5,20) • MELÃO (100) 100 g (FEN 17,00)		
LANCHE		• FÓRMULA ISENTA DE FENILALANINA 240 ml (FEN 0,00) • BANANA (100) 100 g (FEN 51,99)	• MANGA (100) 100 g (FEN 28,99) • FÓRMULA ISENTA DE FENILALANINA 240 ml (FEN 0,00)	• FÓRMULA ISENTA DE FENILALANINA 240 ml (FEN 0,00) • MAMÃO (100) 100 g (FEN 29,12)		
JANTAR		• BATATA SALSA COZIDA (40) 40 g (FEN 12,00) • CENOURA COZIDA (40) 40 g (FEN 14,80)	• CHUCHU COZIDO (50) 50 g (FEN 18,03) • ABÓBORA COZIDA (40) 40 g (FEN 13,80) • BATATA INGLESA COZIDA (40) 40 g (FEN 35,20)	• BATATA INGLESA COZIDA (50) 50 g (FEN 43,67) • BETERRABA COZIDA (50) 50 g (FEN 22,18)		
TOTAL FENILALANINA/DIA		250,65mg	248,7mg	246,27mg		

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 21/07	Terça-Feira, 22/07	Quarta-Feira, 23/07	Quinta-Feira, 24/07	Sexta-Feira, 25/07	Sábado, 26/07
DESJEJUM			• CHÁ DE ERVA DOCE SEM AÇÚCAR 190 ml (FEN 0,00) • PÃO RESTRITO EM FENIL 25 g (FEN 35,00) • MARGARINA 8 g (FEN 1.12)	• CHÁ DE ERVA DOCE SEM AÇÚCAR 190 ml (FEN 0,00) • PÃO RESTRITO EM FENIL 25 g (FEN 35,00) • MARGARINA 8 g (FEN 1.12)	• CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR 190 ml (FEN 0,00) • PÃO RESTRITO EM FENIL 25 g (FEN 35,00) • MARGARINA 8 g (FEN 1.12)	
ALMOÇO			• ARROZ FENILCETONÚRIA 50 g (FEN 56,68) • BETERRABA COZIDA (40) 40 g (FEN 17,68) • SALADA DE ACELGA 20 g (FEN 13,52) • MAÇÃ (100) 100 g (FEN 10,00) • ABOBRINHA COZIDA (50) 50 g (FEN 39,70)	• ARROZ FENILCETONÚRIA 50 g (FEN 56,68) • CENOURA COZIDA (40) 40 g (FEN 14,80) • SALADA DE VAGEM 30 g (FEN 26,83) • LARANJA (100) 100 g (FEN 29,99) • COUVE-FLOR COZIDA (30) 30 g (FEN 22,24)	• ARROZ FENILCETONÚRIA 50 g (FEN 56,68) • CENOURA COZIDA (40) 40 g (FEN 14,80) • BETERRABA COZIDA (20) 20 g (FEN 9,00) • BATATA SALSA COZIDA (50) 50 g (FEN 14,99) • BANANA (80) 80 g (FEN 41,40)	
LANCHE			• FÓRMULA ISENTA DE FENILALANINA 240 ml (FEN 0,00) • MAMÃO (120) 120 g (FEN 34,88)	• FÓRMULA ISENTA DE FENILALANINA 240 ml (FEN 0,00) • MAÇÃ (100) 100 g (FEN 10,00)	• FÓRMULA ISENTA DE FENILALANINA 240 ml (FEN 0,00) • BISCOITO SALGADO FENIL 25 g (FEN 0,00) • LARANJA (80) 80 g (FEN 23,89)	
JANTAR			• AIPIM COZIDO (50) 50 g (FEN 15,50) • CENOURA COZIDA (50) 50 g (FEN 18,50)	• BATATA INGLESA COZIDA (40) 40 g (FEN 35,20) • BETERRABA COZIDA (30) 30 g (FEN 13,50)	• BATATA SALSA COZIDA (40) 40 g (FEN 12,00) • BRÓCOLIS COZIDO (30) 30 g (FEN 38,25)	
TOTAL FENILALANINA/DIA			242,58mg	245,36mg	247,13mg	

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 28/07	Terça-Feira, 29/07	Quarta-Feira, 30/07	Quinta-Feira, 31/07	Sexta-Feira, 01/08	Sábado, 02/08
DESJEJUM	• CHÁ DE ERVA DOCE SEM AÇÚCAR 190 ml (FEN 0,00) • MARGARINA 8 g (FEN 1,12) • PÃO RESTRITO EM FENIL 25 g (FEN 35,00)	• CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR 190 ml (FEN 0,00) • MARGARINA 8 g (FEN 1,12) • PÃO RESTRITO EM FENIL 25 g (FEN 35,00)	• FÓRMULA ISENTA DE FENILALANINA 240 ml (FEN 0,00) • MARGARINA 8 g (FEN 1,12) • PÃO RESTRITO EM FENIL 25 g (FEN 35,00)	• CHÁ DE ERVA DOCE SEM AÇÚCAR 190 ml (FEN 0,00) • MARGARINA 8 g (FEN 1,12) • PÃO RESTRITO EM FENIL 25 g (FEN 35,00)		
ALMOÇO	• ARROZ FENILCETONÚRIA 50 g (FEN 56,68) • ABÓBORA COZIDA (40) 40 g (FEN 13,80) • BATATA SALSA COZIDA (40) 40 g (FEN 12,00) • SALADA DE TOMATE (30) 30 g (FEN 13,20) • MAÇÃ (100) 100 g (FEN 10,00)	• ARROZ FENILCETONÚRIA 50 g (FEN 56,68) • AIPIM COZIDO (30) 30 g (FEN 9,30) • CENOURA COZIDA (30) 30 g (FEN 11,10) • MAMÃO (80) 80 g (FEN 23,20) • BRÓCOLIS COZIDO (40) 40 g (FEN 50,71)	• ARROZ FENILCETONÚRIA 50 g (FEN 56,68) • CENOURA COZIDA (40) 40 g (FEN 14,80) • CHUCHU COZIDO (30) 30 g (FEN 10,87) • SALADA DE ALFACE (10) 10 g (FEN 5,20) • LARANJA (80) 80 g (FEN 23,89)	• ARROZ FENILCETONÚRIA 50 g (FEN 56,68) • BATATA DOCE COZIDA (40) 40 g (FEN 33,60) • ABÓBORA COZIDA (40) 40 g (FEN 13,80) • SALADA DE PEPINO (30) 30 g (FEN 8,89) • LARANJA (100) 100 g (FEN 29,99)		
LANCHE	• FÓRMULA ISENTA DE FENILALANINA 240 ml (FEN 0,00) • MANGA (100) 100 g (FEN 28,99)	• FÓRMULA ISENTA DE FENILALANINA 240 ml (FEN 0,00) • MELÃO (100) 100 g (FEN 17,00)	• FÓRMULA ISENTA DE FENILALANINA 240 ml (FEN 0,00) • BANANA (100) 100 g (FEN 51,99)	• FÓRMULA ISENTA DE FENILALANINA 240 ml (FEN 0,00) • BISCOITO SALGADO FENIL 25 g (FEN 0,00) • MAÇÃ (100) 100 g (FEN 10,00)		
JANTAR	• BATATA INGLESA COZIDA (50) 50 g (FEN 43,67) • CENOURA COZIDA (30) 30 g (FEN 11,10) • ABOBRINHA COZIDA (30) 30 g (FEN 24,30)	• BATATA INGLESA COZIDA (40) 40 g (FEN 35,20) • CHUCHU COZIDO (30) 30 g (FEN 10,87)	• BATATA SALSA COZIDA (50) 50 g (FEN 14,99) • ABOBRINHA COZIDA (40) 40 g (FEN 32,00)	• BRÓCOLIS COZIDO (20) 20 g (FEN 25,80) • BATATA INGLESA COZIDA (30) 30 g (FEN 26,07) • CENOURA COZIDA (20) 20 g (FEN 7,40)		
TOTAL FENILALANINA/DIA	249,86mg	250,17mg	246,54mg	248,36mg		
Cálculo Mensal	Proteína (g): 31,36 Lipídios (g): 10,11 Carboidrato (g): 113,25 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 1577,49 Vitamina C (mg): 169,03 Energia (Kcal): 625,88					