

Observações

As dietas de seletividade alimentar são elaboradas a partir do padrão alimentar apresentado por um grupo de crianças. No caso em questão, o cardápio apresenta a polenta nas duas refeições principais, como alimento de segurança. Salientamos que podem ser realizadas adaptações no servimento, com relação ao corte, textura e apresentação das preparações, além de oferecer outros alimentos disponíveis no cardápio geral.

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 27/07	Terça-Feira, 28/07	Quarta-Feira, 29/07	Quinta-Feira, 30/07	Sexta-Feira, 31/07	Sábado, 01/08
DESJEJUM						• BANANA CATURRA (1 un / 182G)
COLAÇÃO						• BANANA CATURRA (1 un / 182G)
ALMOÇO						
LANCHE						
JANTAR						
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 3,06 Lipídios (g): 0,22 Carboidrato (g): 52,20 Cálcio (mg): 6,59 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 0,00 Vitamina C (mg): 12,92 Energia (Kcal): 201,73					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 03/08	Terça-Feira, 04/08	Quarta-Feira, 05/08	Quinta-Feira, 06/08	Sexta-Feira, 07/08	Sábado, 08/08
DESJEJUM	• LEITE 150ML • PÃO DE LEITE 37,5G • MANTEIGA 5G	• SUCO DE LARANJA 150ML • PÃO DE LEITE 37,5G • QUEIJO 20G	• LEITE 150ML • PÃO FRANCÊS 37,5G • MANTEIGA 5G	• LEITE 150ML • PÃO DE LEITE 37,5G	• SUCO DE UVA 150ML • PÃO DE LEITE 37,5G • QUEIJO 20G	• BANANA CATURRA (1 un / 182G)
COLAÇÃO	• BANANA CATURRA (1 un / 182G)	• BANANA CATURRA (1 un / 182G)	• BANANA CATURRA (1 un / 182G)	• BANANA CATURRA (1 un / 182G)	• BANANA CATURRA (1 un / 182G)	• BANANA CATURRA (1 un / 182G)
ALMOÇO	• ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G • POLENTA 100G • SALADA DE TOMATE 40G • BANANA CATURRA (1 un / 182G)	• ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G • POLENTA 100G • SALADA DE BETERRABA 28G • BANANA CATURRA (1 un / 182G)	• ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G • PEITO DE FRANGO À MILANESA 60G • POLENTA 100G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) • SALADA DE TOMATE COM PEPINO 45G	• ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G • POLENTA 100G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G • SALADA DE CHUCHU 20G	• ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G • PEITO DE FRANGO À MILANESA 60G • POLENTA 100G • SALADA DE ALFACE 15G • BANANA CATURRA (1 un / 182G)	
LANCHE	• LEITE 150ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G • MAÇÃ (1 un / 137G)	• BANANA CATURRA (1 un / 182G) • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G	• PÃO FRANCÊS 37,5G • SUCO DE UVA 150ML • MAÇÃ (1 un / 137G)	• BANANA CATURRA (1 un / 182G) • VITAMINA DE BANANA COM CACAU 150ML	• LEITE 150ML • BANANA CATURRA (1 un / 182G)	
JANTAR	• POLENTA - JANTAR 120G	• POLENTA - JANTAR 120G	• POLENTA - JANTAR 120G	• POLENTA - JANTAR 120G	• POLENTA - JANTAR 120G	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 43,58 Lipídios (g): 20,76 Carboidrato (g): 198,47 Cálcio (mg): 291,28 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 99,79 Vitamina C (mg): 50,87 Energia (Kcal): 1122,40					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 10/08	Terça-Feira, 11/08	Quarta-Feira, 12/08	Quinta-Feira, 13/08	Sexta-Feira, 14/08	Sábado, 15/08
DESJEJUM	• LEITE 150ML • MANTEIGA 5G • PÃO DE LEITE 37,5G	• LEITE 150ML • PÃO FRANCÊS 37,5G • QUEIJO 20G	• PÃO DE LEITE 37,5G • SUCO DE LARANJA 150ML	• LEITE 150ML • MANTEIGA 5G • PÃO FRANCÊS 37,5G	• LEITE 150ML • PÃO DE LEITE 37,5G • QUEIJO 20G	• BANANA CATURRA (1 un / 182G)
COLAÇÃO	• BANANA CATURRA (1 un / 182G)	• BANANA CATURRA (1 un / 182G)	• BANANA CATURRA (1 un / 182G)	• BANANA CATURRA (1 un / 182G)	• BANANA CATURRA (1 un / 182G)	• BANANA CATURRA (1 un / 182G)
ALMOÇO	• ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G • PEITO DE FRANGO À MILANESA 60G • SALADA DE ACELGA 20G • POLENTA 100G • BANANA CATURRA (1 un / 182G)	• ARROZ 95G • SALADA DE BETERRABA 28G • FEIJÃO PRETO 100G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G • POLENTA 100G • BANANA CATURRA (1 un / 182G)	• ARROZ 95G • PEITO DE FRANGO À MILANESA 60G • POLENTA 100G • SALADA DE CENOURA 25G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) • FEIJÃO CARIOCA 100G	• ARROZ 95G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G • POLENTA 100G • SALADA DE PEPINO 35G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) • FEIJÃO PRETO 100G	• ARROZ 95G • SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 15G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G • FEIJÃO CARIOCA 100G • MACARRÃO SEM MOLHO 65G	
LANCHE	• SUCO DE MAÇÃ 150ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G • MAÇÃ (1 un / 137G)	• BANANA CATURRA (1 un / 182G) • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G	• PÃO DE LEITE 37,5G • SUCO DE LARANJA 150ML • MAÇÃ (1 un / 137G)	• LEITE 150ML • BANANA CATURRA (1 un / 182G)	• SUCO DE MAÇÃ 150ML • PÃO DE LEITE 37,5G • MAÇÃ (1 un / 137G)	
JANTAR	• POLENTA - JANTAR 120G	• POLENTA - JANTAR 120G	• POLENTA - JANTAR 120G	• POLENTA - JANTAR 120G	• POLENTA - JANTAR 120G	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 43,38 Lipídios (g): 20,05 Carboidrato (g): 194,78 Cálcio (mg): 255,52 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 136,90 Vitamina C (mg): 54,41 Energia (Kcal): 1101,88					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 17/08	Terça-Feira, 18/08	Quarta-Feira, 19/08	Quinta-Feira, 20/08	Sexta-Feira, 21/08	Sábado, 22/08
DESJEJUM	• SUCO DE LARANJA 150ML • PÃO FRANCÊS 37,5G • MANTEIGA 5G	• LEITE 150ML • MANTEIGA 5G • PÃO DE LEITE 37,5G	• PÃO FRANCÊS 37,5G • LEITE 150ML	• LEITE 150ML • MANTEIGA 5G • PÃO DE LEITE 37,5G	• SUCO DE UVA 150ML • PÃO DE LEITE 37,5G • QUEIJO 20G	• BANANA CATURRA (1 un / 182G)
COLAÇÃO	• BANANA CATURRA (1 un / 182G)	• BANANA CATURRA (1 un / 182G)	• BANANA CATURRA (1 un / 182G)	• BANANA CATURRA (1 un / 182G)	• BANANA CATURRA (1 un / 182G)	• BANANA CATURRA (1 un / 182G)
ALMOÇO	• ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G • PEITO DE FRANGO À MILANESA 60G • POLENTA 100G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) • SALADA DE ACELGA 20G	• ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G • POLENTA 100G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) • SALADA DE REPOLHO 15G	• ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G • POLENTA 100G • SALADA DE PEPINO 35G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) • PEITO DE FRANGO À MILANESA 60G	• ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) • POLENTA 100G • SALADA DE BETERRABA 28G	• ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G • POLENTA 100G • SALADA DE ALFACE 15G • BANANA CATURRA (1 un / 182G)	
LANCHE	• FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G • LEITE 150ML • MAÇÃ (1 un / 137G)	• BANANA CATURRA (1 un / 182G) • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G	• SUCO DE UVA 150ML • PÃO DE LEITE 37,5G • MAÇÃ (1 un / 137G)	• LEITE 150ML • BANANA CATURRA (1 un / 182G)	• LEITE 150ML • PÃO FRANCÊS 37,5G • MAÇÃ (1 un / 137G)	
JANTAR	• POLENTA - JANTAR 120G	• POLENTA - JANTAR 120G	• POLENTA - JANTAR 120G	• POLENTA - JANTAR 120G	• POLENTA - JANTAR 120G	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 42,56 Lipídios (g): 20,43 Carboidrato (g): 195,72 Cálcio (mg): 253,41 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 113,01 Vitamina C (mg): 49,92 Energia (Kcal): 1107,48					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 24/08	Terça-Feira, 25/08	Quarta-Feira, 26/08	Quinta-Feira, 27/08	Sexta-Feira, 28/08	Sábado, 29/08
DESJEJUM	• MANTEIGA 5G • PÃO DE LEITE 37,5G • LEITE 150ML	• QUEIJO 20G • LEITE 150ML • PÃO DE LEITE 37,5G	• SUCO DE UVA 150ML • MANTEIGA 5G • PÃO FRANCÊS 37,5G	• VITAMINA DE BANANA COM CACAU 150ML • MANTEIGA 5G • PÃO DE LEITE 37,5G	• LEITE 150ML • PÃO DE LEITE 37,5G • QUEIJO 20G	• BANANA CATURRA (1 un / 182G)
COLAÇÃO	• BANANA CATURRA (1 un / 182G)	• BANANA CATURRA (1 un / 182G)	• BANANA CATURRA (1 un / 182G)	• BANANA CATURRA (1 un / 182G)	• BANANA CATURRA (1 un / 182G)	• BANANA CATURRA (1 un / 182G)
ALMOÇO	• ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G • POLENTA 100G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G • SALADA DE PEPINO 35G	• ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G • PEITO DE FRANGO À MILANESA 60G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) • SALADA DE ABOBRINHA 30G • POLENTA 100G	• ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G • SALADA DE TOMATE 40G • POLENTA 100G • BANANA CATURRA (1 un / 182G)	• ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G • PEITO DE FRANGO À MILANESA 60G • POLENTA 100G • SALADA DE ACELGA 20G • BANANA CATURRA (1 un / 182G)	• ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G • POLENTA 100G • SALADA DE ALFACE 15G • BANANA CATURRA (1 un / 182G)	
LANCHE	• LEITE 150ML • BANANA CATURRA (1 un / 182G)	• LEITE 150ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G • MAÇÃ (1 un / 137G)	• SUCO DE MAÇÃ 150ML • PÃO DE LEITE 37,5G • MAÇÃ (1 un / 137G)	• BANANA CATURRA (1 un / 182G) • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G	• SUCO DE UVA 150ML • PÃO DE LEITE 37,5G • MAÇÃ (1 un / 137G)	
JANTAR	• POLENTA - JANTAR 120G	• POLENTA - JANTAR 120G	• POLENTA - JANTAR 120G	• POLENTA - JANTAR 120G	• POLENTA - JANTAR 120G	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 43,58 Lipídios (g): 21,79 Carboidrato (g): 197,89 Cálcio (mg): 290,26 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 120,34 Vitamina C (mg): 32,13 Energia (Kcal): 1129,92					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 31/08	Terça-Feira, 01/09	Quarta-Feira, 02/09	Quinta-Feira, 03/09	Sexta-Feira, 04/09	Sábado, 05/09
DESJEJUM	• LEITE 150ML • PÃO DE LEITE 37,5G • MANTEIGA 5G					
COLAÇÃO	• BANANA CATURRA (1 un / 182G)					
ALMOÇO	• ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G • POLENTA 100G • SALADA DE ACELGA 20G • BANANA CATURRA (1 un / 182G)					
LANCHE	• LEITE 150ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G • MAÇÃ (1 un / 137G)					
JANTAR	• POLENTA - JANTAR 120G					
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 50,55 Lipídios (g): 25,97 Carboidrato (g): 208,73 Cálcio (mg): 381,71 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 255,74 Vitamina C (mg): 20,79 Energia (Kcal): 1238,92					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 42,01 Lipídios (g): 20,17 Carboidrato (g): 191,62 Cálcio (mg): 266,58 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 118,31 Vitamina C (mg): 44,53 Energia (Kcal): 1085,03					