

Segunda-Feira		Terça-Feira	01/04/2025	Quarta-Feira	02/04/2025	Quinta-Feira	03/04/2025	Sexta-feira	04/04/2025
		IOGURTE DE MORANGO, BISCOITO INTEGRAL		LEITE COM CHOCOLATE 32%, PÃO INTEGRAL COM REQUEIJÃO		LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAMÃO		MINGAU DE AVEIA + BANANA	
Informação Nutricional (Média Semanal)									
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais			
				A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)	
291,87	47,17	10,04	7,30	160,19	15,88	183,90	1,04	282,68	
Segunda-Feira	07/04/2025	Terça-Feira	08/04/2025	Quarta-Feira	09/04/2025	Quinta-Feira	10/04/2025	Sexta-feira	11/04/2025
LEITE COM CHOCOLATE 32%, PÃO INTEGRAL COM MARGARINA		LEITE COM CHOCOLATE 32%, MELÃO		MINGAU DE AVEIA + MAMÃO		LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAÇÃ		LEITE COM CHOCOLATE 32%, BANANA	
Informação Nutricional (Média Semanal)									
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais			
				A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)	
276,11	44,32	8,97	13,15	234,58	12,60	186,03	1,24	235,22	
Segunda-Feira	14/04/2025	Terça-feira	15/04/2025	Quarta-Feira	16/04/2025	Quinta-feira	17/04/2025	Sexta-feira	18/04/2025
LEITE COM CHOCOLATE 32%, MELÃO		LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAMÃO		LEITE COM CHOCOLATE 32%, PÃO INTEGRAL COM REQUEIJÃO		LEITE COM CACAU 32%, BISCOITO INTEGRAL		FERIADO	
Informação Nutricional (Média Semanal)									
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais			
				A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)	
306,40	49,89	9,50	7,71	267,67	15,26	176,77	1,38	294,42	
Segunda-Feira	21/04/2025	Terça-feira	22/04/2025	Quarta-Feira	23/04/2025	Quinta-feira	24/04/2025	Sexta-Feira	25/04/2025
FERIADO		LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAMÃO		MINGAU DE AVEIA + MAÇÃ		LEITE COM CHOCOLATE 32%, MELÃO		LEITE COM CHOCOLATE 32%, BANANA	
Informação Nutricional (Média Semanal)									
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais			
				A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)	
216,15	36,06	6,28	5,65	231,03	16,78	176,84	1,30	108,21	
Segunda-Feira	28/04/2025	Terça-Feira	29/04/2025	Quarta-Feira	30/04/2025	Quinta-Feira		Sexta-Feira	
LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAÇÃ		LEITE COM CHOCOLATE 32%, MELÃO		LEITE COM CHOCOLATE 32%, PÃO INTEGRAL COM REQUEIJÃO					
Informação Nutricional (Média Semanal)									
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais			
				A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)	
264,22	40,00	9,14	7,59	236,76	2,59	227,36	0,95	241,17	

Fontes: Taco 4ª Edição 2011

Tabela de Composição de Alimentos - Sônia Tucunduva Philippi 4ª Edição 2013

Rótulos de Alimentos

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.


GABRIEL DOS SANTOS MOURA
NUTRICIONISTA
CRN-3 86569

Segunda-Feira		Terça-Feira	01/04/2025	Quarta-Feira	02/04/2025	Quinta-Feira	03/04/2025	Sexta-feira	04/04/2025
		IOGURTE DE MORANGO, BISCOITO INTEGRAL		LEITE COM CHOCOLATE 32%, PÃO INTEGRAL COM REQUEIJÃO		LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAMÃO		MINGAU DE AVEIA + BANANA	
Informação Nutricional (Média Semanal)									
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais			
				A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)	
219,47	32,94	7,73	6,66	120,40	15,85	180,48	0,66	209,57	
Segunda-Feira	07/04/2025	Terça-Feira	08/04/2025	Quarta-Feira	09/04/2025	Quinta-Feira	10/04/2025	Sexta-feira	11/04/2025
LEITE COM CHOCOLATE 32%, PÃO INTEGRAL COM MARGARINA		LEITE COM CHOCOLATE 32%, MELÃO		MINGAU DE AVEIA + MAMÃO		LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAÇÃ		LEITE COM CHOCOLATE 32%, BANANA	
Informação Nutricional (Média Semanal)									
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais			
				A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)	
202,15	29,29	6,95	12,54	170,91	12,57	181,52	0,72	174,13	
Segunda-Feira	14/04/2025	Terça-feira	15/04/2025	Quarta-Feira	16/04/2025	Quinta-feira	17/04/2025	Sexta-feira	18/04/2025
LEITE COM CHOCOLATE 32%, MELÃO		LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAMÃO		LEITE COM CHOCOLATE 32%, PÃO INTEGRAL COM REQUEIJÃO		PONTO FACULTATIVO		FERIADO	
Informação Nutricional (Média Semanal)									
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais			
				A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)	
251,43	36,08	8,96	7,98	224,25	20,35	226,94	0,81	231,25	
Segunda-Feira	21/04/2025	Terça-feira	22/04/2025	Quarta-Feira	23/04/2025	Quinta-feira	24/04/2025	Sexta-Feira	25/04/2025
FERIADO		LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAMÃO		MINGAU DE AVEIA + MAÇÃ		LEITE COM CHOCOLATE 32%, MELÃO		LEITE COM CHOCOLATE 32%, BANANA	
Informação Nutricional (Média Semanal)									
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais			
				A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)	
176,23	27,55	5,61	5,28	171,34	16,74	172,31	0,79	103,21	
Segunda-Feira	28/04/2025	Terça-Feira	29/04/2025	Quarta-Feira	30/04/2025	Quinta-Feira		Sexta-Feira	
LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAÇÃ		LEITE COM CHOCOLATE 32%, MELÃO		CONSELHO DE CLASSE					
Informação Nutricional (Média Semanal)									
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais			
				A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)	
199,81	28,90	6,62	6,70	220,99	3,88	222,11	0,81	138,01	

Fontes: Taco 4ª Edição 2011

Tabela de Composição de Alimentos - Sônia Tucunduva Philippi 4ª Edição 2013

Rótulos de Alimentos

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.


GABRIEL DOS SANTOS MOURA
NUTRICIONISTA
CRN-3 56569

Segunda-Feira		Terça-Feira	01/04/2025	Quarta-Feira	02/04/2025	Quinta-Feira	03/04/2025	Sexta-feira	04/04/2025
		IOGURTE DE MORANGO, BISCOITO INTEGRAL		LEITE COM CHOCOLATE 32%, PÃO INTEGRAL COM REQUEIJÃO		LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAMÃO		MINGAU DE AVEIA + BANANA	
Informação Nutricional (Média Semanal)									
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais			
				A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)	
250,50	36,46	8,31	6,98	162,14	17,85	184,52	1,04	213,02	
Segunda-Feira	07/04/2025	Terça-Feira	08/04/2025	Quarta-Feira	09/04/2025	Quinta-Feira	10/04/2025	Sexta-feira	11/04/2025
LEITE COM CHOCOLATE 32%, PÃO INTEGRAL COM MARGARINA		LEITE COM CHOCOLATE 32%, MELÃO		MINGAU DE AVEIA + MAMÃO		LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAÇÃ		LEITE COM CHOCOLATE 32%, BANANA	
Informação Nutricional (Média Semanal)									
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais			
				A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)	
244,71	38,60	7,60	12,89	238,54	14,39	186,62	1,25	179,71	
Segunda-Feira	14/04/2025	Terça-feira	15/04/2025	Quarta-Feira	16/04/2025	Quinta-feira	17/04/2025	Sexta-feira	18/04/2025
LEITE COM CHOCOLATE 32%, MELÃO		LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAMÃO		LEITE COM CHOCOLATE 32%, PÃO INTEGRAL COM REQUEIJÃO		PONTO FACULTATIVO		FERIADO	
Informação Nutricional (Média Semanal)									
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais			
				A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)	
298,84	45,83	9,43	8,74	310,30	23,26	232,33	1,36	238,75	
Segunda-Feira	21/04/2025	Terça-feira	22/04/2025	Quarta-Feira	23/04/2025	Quinta-feira	24/04/2025	Sexta-Feira	25/04/2025
FERIADO		LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAMÃO		MINGAU DE AVEIA + MAÇÃ		LEITE COM CHOCOLATE 32%, MELÃO		LEITE COM CHOCOLATE 32%, BANANA	
Informação Nutricional (Média Semanal)									
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais			
				A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)	
221,69	37,50	6,36	5,66	236,33	19,16	177,67	1,33	108,57	
Segunda-Feira	28/04/2025	Terça-Feira	29/04/2025	Quarta-Feira	30/04/2025	Quinta-Feira		Sexta-Feira	
LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAÇÃ		LEITE COM CHOCOLATE 32%, MELÃO		CONSELHO DE CLASSE					
Informação Nutricional (Média Semanal)									
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais			
				A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)	
244,16	39,15	7,09	6,91	306,57	4,43	226,79	1,36	145,07	

Fontes: Taco 4ª Edição 2011

Tabela de Composição de Alimentos - Sônia Tucunduva Philippi 4ª Edição 2013

Rótulos de Alimentos

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.


GABRIEL DOS SANTOS MOURA
NUTRICIONISTA
CRN-3 56569

CARDÁPIO 22 - ENSINO INFANTIL - 04 à 05 ANOS - MERENDA ITU
MERENDA MANHÃ: 9:30 às 9:45h / MERENDA TARDE: 15:00 às 15:30h

Segunda-Feira		Terça-Feira	01/04/2025	Quarta-Feira	02/04/2025	Quinta-Feira	03/04/2025	Sexta-feira	04/04/2025
		ARROZ, FEIJÃO, CARNE EM CUBOS COM BRÓCOLIS, SALADA DE PEPINO COM TOMATE		MACARRÃO AO MOLHO COM FRANGO, SALADA DE LEGUMES BANANA		PÃO COM CARNE EM ÍSCAS E CENOURA RALADA, SUCO DE MANGA CAQUI FUYU		ARROZ, FEIJÃO, OVO MEXIDO COM TOMATE CENOURA E ABOBRINHA, SALADA DE FOLHAS MISTAS	
Informação Nutricional (Média Semanal)									
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais			
262,06	45,38	12,27	3,63	A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)	
				151,24	9,35	32,09	1,52	177,65	
Segunda-Feira	07/04/2025	Terça-Feira	08/04/2025	Quarta-Feira	09/04/2025	Quinta-Feira	10/04/2025	Sexta-feira	11/04/2025
ARROZ, STROGONOFF DE FRANGO, BATATA SAUTÉE, SALADA DE REPOLHO COM CENOURA RALADA		MACARRÃO A BOLONHESA, LEGUMES REFOGADOS (abobrinha, cenoura e vagem), SUCO DE MARACUJÁ LARANJA		PÃO COM LINGUIÇA, SUCO DE UVA CAQUI FUYU		ARROZ, FEIJÃO, TORTA MADALENA DE CARNE, SALADA DE ALMEIRÃO COM TOMATE BANANA		ARROZ, FEIJÃO PRETO, PERNIL, COUVE REFOGADA, SALADA DE VINAGRETE	
Informação Nutricional (Média Semanal)									
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais			
244,78	42,01	10,34	6,67	A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)	
				96,47	20,98	32,42	1,23	107,25	
Segunda-Feira	14/04/2025	Terça-feira	15/04/2025	Quarta-Feira	16/04/2025	Quinta-feira	17/04/2025	Sexta-Feira	18/04/2025
ARROZ, CARNE DE PANELA COM BATATA, SALADA DE ACELGA COM CHEIRO VERDE MELANCIA		ARROZ, FEIJÃO, OVO MEXIDO COM BATATA E TOMATE, SALADA DE BETERRABA RALADA		MACARRÃO COM CARNE MOIDA, SALADA DE BATATA, CENOURA E CHEIRO VERDE, SUCO DE CAJÚ DOCE DE PÁSCOA		PONTO FACULTATIVO		FERIADO	
Informação Nutricional (Média Semanal)									
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais			
253,57	42,75	11,55	3,91	A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)	
				70,46	26,97	26,72	1,51	95,56	
Segunda-Feira	21/04/2025	Terça-feira	22/04/2025	Quarta-Feira	23/04/2025	Quinta-feira	24/04/2025	Sexta-Feira	25/04/2025
FERIADO		ARROZ, CARNE MOIDA AO SUGO, PURE DE BATATA, SALADA DE ACELGA COM CHEIRO VERDE ABACAXI		ARROZ, FEIJÃO, CARNE DE PANELA, FAROFA DE LEGUMES, SALADA DE CATALONIA COM RABANETE		PÃO COM PATÊ DE ATUM, SUCO DE LIMÃO BANANA		MACARRÃO COM SALSICHA, SALADA DE LEGUMES, SUCO DE GOIABA	
Informação Nutricional (Média Semanal)									
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais			
279,58	48,02	9,78	8,19	A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)	
				46,22	11,13	30,07	1,25	265,44	
Segunda-Feira	28/04/2025	Terça-Feira	29/04/2025	Quarta-Feira	30/04/2025	Quinta-Feira		Sexta-Feira	
ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA, ABOBRINHA REFOGADA, SALADA DE ALMEIRÃO COM RABANETE		POLENTA COM FRANGO AO MOLHO, SALADA DE LEGUMES (cenoura, abobrinha e beterraba), SUCO DE ACEROLA		CONSELHO DE CLASSE					
Informação Nutricional (Média Semanal)									
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais			
206,58	35,79	11,19	2,41	A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)	
				83,42	2,90	18,14	1,24	66,46	

Fontes: Taco 4ª Edição 2011
Tabela de Composição de Alimentos - Sônia Tucunduva Philippi 4ª Edição 2013
Rótulos de Alimentos

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.


GABRIEL DOS SANTOS MOURA
NUTRICIONISTA
CRN-3 56569

CARDÁPIO 23 - ENSINO FUNDAMENTAL I - 06 à 11 ANOS - MERENDA ITU

MERENDA MANHÃ: 9:30 às 9:45h / MERENDA TARDE: 15:00 às 15:30h

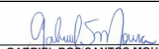
Segunda-Feira		Terça-Feira	01/04/2025	Quarta-Feira	02/04/2025	Quinta-Feira	03/04/2025	Sexta-feira	04/04/2025
		ARROZ, FEIJÃO, CARNE EM CUBOS COM BRÓCOLIS, SALADA DE PEPINO COM TOMATE		MACARRÃO AO MOLHO COM FRANGO, SALADA DE LEGUMES BANANA		PÃO COM CARNE EM ÍSCAS E CENOURA RALADA, SUCO DE MANGA CAQUI FUYU		ARROZ, FEIJÃO, OVO MEXIDO COM TOMATE CENOURA E ABOBRINHA, SALADA DE FOLHAS MISTAS	
Informação Nutricional (Média Semanal)									
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)		Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)
317,56	51,25	16,74		5,14	179,24	10,94	43,91	2,06	203,65
Segunda-Feira	07/04/2025	Terça-Feira	08/04/2025	Quarta-Feira	09/04/2025	Quinta-Feira	10/04/2025	Sexta-feira	11/04/2025
ARROZ, STROGONOFF DE FRANGO, BATATA SAUTÉE SALADA DE REPOLHO COM CENOURA RALADA		MACARRÃO A BOLONHESA, LEGUMES REFOGADOS (abobrinha, cenoura e vagem), SUCO DE MARACUJÁ LARANJA		PÃO COM LINGUIÇA, SUCO DE UVA CAQUI FUYU		ARROZ, FEIJÃO, TORTA MADALENA DE CARNE SALADA DE ALMEIRÃO COM TOMATE BANANA		ARROZ, FEIJÃO PRETO, PERNIL, COUVE REFOGADA SALADA DE VINAGRETE	
Informação Nutricional (Média Semanal)									
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)		Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)
353,33	58,88	16,22		8,75	140,48	25,82	38,21	1,41	296,29
Segunda-Feira	14/04/2025	Terça-feira	15/04/2025	Quarta-Feira	16/04/2025	Quinta-feira	17/04/2025	Sexta-Feira	18/04/2025
ARROZ, CARNE DE PANELA COM BATATA, SALADA DE ACELGA COM CHEIRO VERDE MELANCIA		ARROZ, FEIJÃO, OVO MEXIDO COM BATATA E TOMATE SALADA DE BETERRABA RALADA		MACARRÃO COM CARNE MOIDA SALADA DE BATATA, CENOURA E CHEIRO VERDE, SUCO DE CAJÚ DOCE DE PÁSCOA		PONTO FACULTATIVO		FERIADO	
Informação Nutricional (Média Semanal)									
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)		Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)
331,81	50,01	17,65		6,50	113,70	31,33	41,05	2,26	153,24
Segunda-Feira	21/04/2025	Terça-feira	22/04/2025	Quarta-Feira	23/04/2025	Quinta-feira	24/04/2025	Sexta-Feira	25/04/2025
FERIADO		ARROZ, CARNE MOIDA AO SUGO, PURE DE BATATA, SALADA DE ACELGA COM CHEIRO VERDE ABACAXI		ARROZ, FEIJÃO, CARNE DE PANELA, FAROFA DE LEGUMES, SALADA DE CATALONIA COM RABANETE		PÃO COM PATÊ DE ATUM, SUCO DE LIMÃO BANANA		MACARRÃO COM SALSICHA SALADA DE LEGUMES SUCO DE GOIABA	
Informação Nutricional (Média Semanal)									
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)		Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)
344,31	53,98	14,94		10,79	96,68	12,59	42,32	1,72	274,13
Segunda-Feira	28/04/2025	Terça-Feira	29/04/2025	Quarta-Feira	30/04/2025	Quinta-Feira		Sexta-Feira	
ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA, ABOBRINHA REFOGADA, SALADA DE ALMEIRÃO COM RABANETE		POLENTA COM FRANGO AO MOLHO, SALADA DE LEGUMES (cenoura, abobrinha e beterraba), SUCO DE ACEROLA		CONSELHO DE CLASSE					
Informação Nutricional (Média Semanal)									
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)		Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)
338,12	60,61	17,75		3,59	130,59	130,81	29,86	2,08	88,03

Fontes: Taco 4ª Edição 2011

Tabela de Composição de Alimentos - Sônia Tucunduva Philippi 4ª Edição 2013

Rótulos de Alimentos

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.


GABRIEL DOS SANTOS MOURA
NUTRICIONISTA
CRN-3 56569

CARDÁPIO 24 - EJA 18 à 60 anos - MERENDA ITU

MERENDA MANHÃ: 9:30h / MERENDA TARDE: 15:00h / MERENDA NOITE: 20:30h

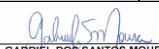
Segunda-Feira		Terça-Feira		01/04/2025		Quarta-Feira		02/04/2025		Quinta-Feira		03/04/2025		Sexta-feira		04/04/2025	
				ARROZ, FEIJÃO, CARNE EM CUBOS COM BRÓCOLIS, SALADA DE PEPINO COM TOMATE		MACARRÃO AO MOLHO ROSÊ COM FRANGO, SALADA DE LEGUMES BANANA				ARROZ, FEIJÃO, OVO MEXIDO COM TOMATE CENOURA E ABOBRINHA, SALADA DE FOLHAS MISTAS				PÃO COM CARNE EM ÍSCAS E CENOURA RALADA, SUCO DE MANGA CAQUI FUYU			
Informação Nutricional (Média Semanal)																	
Energia (kcal)		CHO (g)		Proteínas (g)		Gorduras Totais (g)		Vitaminas						Minerais			
								A (RE)		C (mg)		Ca (mg)		Fe (mg)		Sódio (mg)	
372,68		61,76		19,47		5,50		187,97		12,28		48,04		2,42		207,50	
Segunda-Feira		07/04/2025		Terça-Feira		08/04/2025		Quarta-Feira		09/04/2025		Quinta-Feira		10/04/2025		Sexta-feira 11/04/2025	
ARROZ, STROGONOFF DE FRANGO, BATATA SAUTÉE SALADA DE REPOLHO COM CENOURA RALADA				MACARRÃO A BOLONHESA, LEGUMES REFOGADOS (abobrinha, cenoura e vagem), SUCO DE MARACUJÁ LARANJA				ARROZ, FEIJÃO, TORTA MADALENA DE CARNE SALADA DE ALMEIRÃO COM TOMATE BANANA				ARROZ, FEIJÃO PRETO, PERNIL, COUVE REFOGADA SALADA DE VINAGRETE				PÃO COM LINGUIÇA, SUCO DE UVA CAQUI FUYU	
Informação Nutricional (Média Semanal)																	
Energia (kcal)		CHO (g)		Proteínas (g)		Gorduras Totais (g)		Vitaminas						Minerais			
								A (RE)		C (mg)		Ca (mg)		Fe (mg)		Sódio (mg)	
408,60		62,87		19,00		11,71		143,54		28,90		45,80		1,85		244,65	
Segunda-Feira		14/04/2025		Terça-feira		15/04/2025		Quarta-Feira		16/04/2025		Quinta-feira		17/04/2025		Sexta-Feira 18/04/2025	
ARROZ, CARNE DE PANELA COM BATATA, SALADA DE ACELGA COM CHEIRO VERDE MELANCIA				ARROZ, FEIJÃO, OVO MEXIDO COM CENOURA, SALADA DE BETERRABA RALADA				MACARRÃO COM CARNE MOIDA SALADA DE BATATA, CENOURA E CHEIRO VERDE, SUCO DE CAJÚ DOCE DE PÁSCOA				PONTO FACULTATIVO				FERIADO	
Informação Nutricional (Média Semanal)																	
Energia (kcal)		CHO (g)		Proteínas (g)		Gorduras Totais (g)		Vitaminas						Minerais			
								A (RE)		C (mg)		Ca (mg)		Fe (mg)		Sódio (mg)	
412,64		67,04		20,84		7,52		184,23		30,74		45,82		2,76		150,07	
Segunda-Feira		21/04/2025		Terça-feira		22/04/2025		Quarta-Feira		23/04/2025		Quinta-feira		24/04/2025		Sexta-Feira 25/04/2025	
FERIADO				ARROZ, CARNE MOIDA AO SUGO, PURE DE BATATA, SALADA DE ACELGA COM CHEIRO VERDE ABACAXI				ARROZ, FEIJÃO, CARNE DE PANELA, FAROFA DE LEGUMES, SALADA DE CATALONIA COM RABANETE				MACARRÃO COM SALSICHA SALADA DE LEGUMES SUCO DE GOIABA				PÃO COM PATÊ DE ATUM, SUCO DE LIMÃO BANANA	
Informação Nutricional (Média Semanal)																	
Energia (kcal)		CHO (g)		Proteínas (g)		Gorduras Totais (g)		Vitaminas						Minerais			
								A (RE)		C (mg)		Ca (mg)		Fe (mg)		Sódio (mg)	
393,01		63,67		17,13		9,43		91,05		14,33		45,43		2,02		275,12	
Segunda-Feira		28/04/2025		Terça-Feira		29/04/2025		Quarta-Feira		30/04/2025		Quinta-Feira				Sexta-Feira	
ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA, ABOBRINHA REFOGADA, SALADA DE ALMEIRÃO COM RABANETE				POLENTA COM FRANGO AO MOLHO, SALADA DE LEGUMES (cenoura, abobrinha e beterraba), SUCO DE ACEROLA				CONSELHO DE CLASSE									
Informação Nutricional (Média Semanal)																	
Energia (kcal)		CHO (g)		Proteínas (g)		Gorduras Totais (g)		Vitaminas						Minerais			
								A (RE)		C (mg)		Ca (mg)		Fe (mg)		Sódio (mg)	
394,02		69,97		20,93		4,11		124,64		132,41		34,34		2,45		93,41	

Fontes: Taco 4ª Edição 2011

Tabela de Composição de Alimentos - Sônia Tucunduva Philippi 4ª Edição 2013

Rótulos de Alimentos

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.



GABRIEL DOS SANTOS MOURA
NUTRICIONISTA
CRN-3 56569



ENTIDADE APAE / AMAI
ABRIL 2025

CARDÁPIO 25 - ENTIDADE 01 à 30 anos (1ª SEMANA)

MERENDA MANHÃ: 10:30h / MERENDA TARDE: 15:30h

Refeição	Segunda-Feira		Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira		Sexta-feira		
			1/4/2025	2/4/2025	3/4/2025		4/4/2025		
ALMOÇO			ARROZ, FEIJÃO, CARNE EM CUBOS COM BRÓCOLIS, SALADA DE PEPINO COM TOMATE	MACARRÃO AO MOLHO ROSÊ COM FRANGO, BATATA CORADA SALADA DE LEGUMES	ARROZ, FEIJÃO, CARNE EM ÍSCAS COM LEGUMES (abobrinha e abóbora), SALADA DE ALMEIRÃO COM CEBOLA		ARROZ, FEIJÃO, OVO MEXIDO COM TOMATE E CENOURA E ABOBRINHA SALADA DE FOLHAS MISTAS		
SUCO/ SOBREMESA			SUCO DE UVA MAÇÃ	SUCO DE ACEROLA BANANA	SUCO DE MANGA CAQUI FUYU		SUCO DE MORANGO MELANCIA		
	Informação Nutricional (Média Semanal)								
	Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)
	403,00	67,38	19,82	6,57	203,29	68,44	53,26	2,80	229,63

Fontes: Taco 4ª Edição 2011

Tabela de Composição de Alimentos - Sônia Tucunduva Philippi 4ª Edição 2013

Rótulos de Alimentos

Gabriel dos Santos Moura
GABRIEL DOS SANTOS MOURA
NUTRICIONISTA
CRN-3 56569

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.



ENTIDADE APAE / AMAI
ABRIL 2025

CARDÁPIO 25 - ENTIDADE 01 à 30 anos (2ª SEMANA)

MERENDA MANHÃ: 10:30h / MERENDA TARDE: 15:30h

Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira				
	7/4/2025	8/4/2025	9/4/2025	10/4/2025	11/4/2025				
ALMOÇO	ARROZ, FEIJÃO, STROGONOFF DE FRANGO, BATATA SAUTÉE SALADA DE REPOLHO COM CENOURA RALADA	MACARRÃO AO ALHO E BOLONHESA FAROFÁ DE LEGUMES SALADA DE CHICÓRIA COM CEBOLA	ARROZ, FEIJÃO, TORTA MADALENA DE CARNE SALADA DE ALMEIRÃO COM TOMATE	ARROZ, FEIJÃO, LINGUIÇA ACEBOLADA, PURÊ DE ABÓBORA, SALADA DE ALFACE COM RUCULA	ARROZ, FEIJÃO PRETO, PERNIL, COUVE REFOGADA SALADA DE VINAGRETE				
SUCO/ SOBREMESA	SUCO DE LIMÃO MELÃO	SUCO DE MARACUJÁ LARANJA	SUCO DE TANGERINA BANANA	SUCO DE UVA CAQUI FUYU	SUCO DE MELANCIA MAÇÃ				
	Informação Nutricional (Média Semanal)								
	Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)
					544,56	87,50	25,26	13,61	234,33

Fontes: TACO 4ª Edição 2011

Tabela de Composição de Alimentos - Sônia Tucunduva Philippi 4ª Edição 2013

Rótulos de Alimentos

Gabriel dos Santos Moura
GABRIEL DOS SANTOS MOURA
NUTRICIONISTA
CRN-3 56569

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.



ENTIDADE APAE / AMAI
ABRIL 2025

CARDÁPIO 25 - ENTIDADE 01 à 30 anos (3ª SEMANA)

MERENDA MANHÃ: 10:30h / MERENDA TARDE: 15:30h

Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira				
	14/04/2025	15/04/2025	16/04/2025	17/04/2025	18/04/2025				
ALMOÇO	ARROZ, FEIJÃO, CARNE DE PANELA COM BATATA SALADA DE ACELGA COM CHEIRO VERDE	ARROZ, FEIJÃO, OVO MEXIDO COM CENOURA, SALADA DE BETERRABA RALADA	MACARRÃO AO SUGO, FRANGO ASSADO COM BATATA FAROFA DE LEGUMES SALADA DE FOLHAS MISTAS	ARROZ, FEIJÃO, LOMBO SUINO COM MANDIOCA SALADA DE VINAGRETE	FERIADO				
SUCO/ SOBREMESA	SUCO DE MAÇÃ MELANCIA	SUCO DE MELÃO ABACAXI	SUCO DE CAJU BANANA	SUCO DE ACEROLA DOCE DE PÁSCOA	FERIADO				
	Informação Nutricional (Média Semanal)								
	Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)
					494,26	84,48	24,23	7,87	147,63



ENTIDADE APAE / AMAI
ABRIL 2025

CARDÁPIO 25 - ENTIDADE 01 à 30 anos (4ª SEMANA)

MERENDA MANHÃ: 10:30h / MERENDA TARDE: 15:30h

Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira				
	21/04/2025	22/04/2025	23/04/2025	24/04/2025	25/04/2025				
ALMOÇO	FERIADO	ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOIDA AO SUGO, PURE DE BATATA SALADA DE ACELGA COM CHEIRO VERDE	ARROZ, FEIJÃO, CARNE DE PANELA, FAROFA DE LEGUMES SALADA DE CATALONIA COM RABANETE	MACARRÃO COM ATUM AO MOLHO, BATATA CORADA SALADA DE LEGUMES	ARROZ, FEIJÃO, SALSICHA AO VINAGRETE SALADA DE ALFACE COM CEBOLA				
SUCO/ SOBREMESA	FERIADO	SUCO DE MANGA ABACAXI	SUCO DE UVA MAMÃO	SUCO DE LIMÃO BANANA	SUCO DE GOIABA MAÇÃ				
	Informação Nutricional (Média Semanal)								
	Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)
					527,08	87,03	24,03	12,74	105,50

Fontes: Taco 4ª Edição 2011

Tabela de Composição de Alimentos - Sônia Tucunduva Philippi 4ª Edição 2013

Rótulos de Alimentos

Gabriel dos Santos Moura
GABRIEL DOS SANTOS MOURA
NUTRICIONISTA
CRN-3 56569

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.



ENTIDADE APAE / AMAI
ABRIL 2025

CARDÁPIO 25 - ENTIDADE 01 à 30 anos (5ª SEMANA)

MERENDA MANHÃ: 10:30h / MERENDA TARDE: 15:30h

Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira				
	28/04/2025	29/04/2025	30/04/2025						
ALMOÇO	ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA, ABOBRINHA REFOGADA SALADA DE ALMEIRÃO COM RABANETE	POLENTA COM FRANGO AO MOLHO, SALADA DE LEGUMES (cenoura, abobrinha e beterraba),	ARROZ, FEIJÃO, PERNIL COM MANDIOCA, SALADA DE COUVE COM CEBOLA						
SUCO/ SOBREMESA	SUCO DE MARACUJÁ MELÃO	SUCO DE ACEROLA COM LARANJA MELANCIA	SUCO DE CAJU BANANA						
	Informação Nutricional (Média Semanal)								
	Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)
	456,26	85,35	24,19	5,70	193,83	91,65	57,09	2,89	111,92

Fontes: Taco 4ª Edição 2011

Tabela de Composição de Alimentos - Sônia Tucunduva Philippi 4ª Edição 2013

Rótulos de Alimentos

Gabriel dos Santos Moura
GABRIEL DOS SANTOS MOURA
NUTRICIONISTA
CRN-3 56569

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.



EMEF REFORÇO
ABRIL 2025

CARDÁPIOS EMEF / EMEFEI EM PERÍODO INTEGRAL - 06 à 11 ANOS

MERENDA ITU - 1ª semana

Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira				
		01/04/2025	02/04/2025	03/04/2025	04/04/2025				
CARDÁPIO 21 Desjejum 6:45		IOGURTE DE MORANGO, BISCOITO INTEGRAL	LEITE COM CHOCOLATE 32%, PÃO INTEGRAL COM REQUEIJÃO	LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAMÃO	MINGAU DE AVEIA + BANANA				
CARDÁPIO 29 Almoço 11:30		ARROZ, FEIJÃO, CARNE EM CUBOS COM BRÓCOLIS, SALADA DE PEPINO COM CENOURA SUCO DE MANGA	ARROZ, FEIJÃO, MACARRÃO AO MOLHO ROSÊ, FRANGO COM BATATAS SALADA DE LEGUMES BANANA	ARROZ, FEIJÃO, CARNE EM ISCAS COM TOMATE E CENOURA. SALADA DE ALFACE, CAQUI FUYU	ARROZ, FEIJÃO, OVO MEXIDO COM TOMATE E CENOURA E ABOBRINHA SALADA DE FOLHAS MISTAS MELANCIA				
CARDÁPIO 30 Lanche tarde 15:00		PÃO DE LEITE COM CARNE MOÍDA AO MOLHO, SUCO DE MARACUJA	PÃO DE CENOURA COM PERNIL ACEBOLADO, SUCO DE GOIABA	PÃO DE LEITE COM FRANGO COM TOMATE E CEBOLA, SUCO DE CAJU	PÃO DE CENOURA COM TOMATE E QUEIJO MUÇARELA, SUCO DE LIMÃO				
	Informação Nutricional (Média Semanal)								
	Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)
1.234,05	210,25	51,65	20,01	390,75	59,58	428,24	5,11	1.327,72	

Fontes: Taco 4ª Edição 2011

Tabela de Composição de Alimentos - Sônia Tucunduva Philippi 4ª Edição 2013

Rótulos de Alimentos

Gabriel dos Santos Moura
GABRIEL DOS SANTOS MOURA
NUTRICIONISTA
CRN-3 56569

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.



CARDÁPIOS EMEF / EMEFEI EM PERÍODO INTEGRAL - 06 à 11 ANOS

MERENDA ITU - 2ª semana

EMEF REFORÇO

ABRIL 2025

Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira				
	07/04/2025	08/04/2025	09/04/2025	10/04/2025	11/04/2025				
CARDÁPIO 21 Desjejum 6:45	LEITE COM CHOCOLATE 32%, PÃO INTEGRAL COM MARGARINA	LEITE COM CHOCOLATE 32%, MELÃO	MINGAU DE AVEIA + MAMÃO	LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAÇÃ	LEITE COM CHOCOLATE 32%, BANANA				
CARDÁPIO 29 Almoço 11:30	ARROZ, FEIJÃO, STROGONOFF DE FRANGO, BATATA SAUTÉE SALADA DE REPOLHO COM CENOURA RALADA ABACAXI	ARROZ, FEIJÃO, MACARRÃO A BOLONHESA, LEGUMES REFOGADOS (abobrinha, cenoura e vagem), SUCO DE MARACUJÁ	ARROZ, FEIJÃO, LINGUIÇA COM TOMATE E CEBOLA, PURÊ DE ABÓBORA, SALADA DE COUVE BANANA	ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOIDA COM LEGUMES SALADA DE ALMEIRÃO COM TOMATE CAQUI FUYU	ARROZ, FEIJÃO PRETO, PERNIL, COUVE REFOGADA SALADA DE VINAGRETE MAMÃO				
CARDÁPIO 30 Lanche tarde 15:00	PÃO DE CENOURA COM PERNIL ACEBOLADO, SUCO DE MORANGO	PÃO DE CENOURA COM FRANGO AO VINAGRETE, SUCO DE CAJU	PÃO DE INTEGRAL COM CARNE MOÍDA E CEBOLA, SUCO DE GOIABA	PÃO INTEGRAL COM PATÊ DE FRANGO E CENOURA RALADA SUCO DE UVA	PÃO DE LEITE COM CARNE MOÍDA AO MOLHO COM CEBOLA E CENOURA, SUCO DE ACEROLA				
	Informação Nutricional (Média Semanal)								
	Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)
					1.214,59	199,93	54,43	23,40	422,63

Fontes: Taco 4ª Edição 2011

Tabela de Composição de Alimentos - Sônia Tucunduva Philippi 4ª Edição 2013

Rótulos de Alimentos

Gabriel dos Santos Moura
GABRIEL DOS SANTOS MOURA
NUTRICIONISTA
CRN-3 56569

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.



CARDÁPIOS EMEF / EMEFEI EM PERÍODO INTEGRAL - 06 à 11 ANOS
MERENDA ITU - 3ª semana

EMEF REFORÇO
ABRIL 2025

Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira				
	14/04/2025	15/04/2025	16/04/2025	17/04/2025	18/04/2025				
CARDÁPIO 21 Desjejum 6:45	LEITE COM CHOCOLATE 32%, MELÃO	LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAMÃO	LEITE COM CHOCOLATE 32%, PÃO INTEGRAL COM REQUEIJÃO	PONTO FACULTATIVO	FERIADO				
CARDÁPIO 29 Almoço 11:30	ARROZ, FEIJÃO, CARNE DE PANELA COM BATATA, SALADA DE ACELGA COM CHEIRO VERDE MELANCIA	ARROZ, FEIJÃO, OVO MEXIDO COM CENOURA, SALADA DE BETERRABA RALADA MAÇÃ	ARROZ, FEIJÃO, MACARRÃO COM CARNE MOIDA SALADA DE BATATA, CENOURA E CHEIRO VERDE, SUCO DE CAJÚ	PONTO FACULTATIVO	FERIADO				
CARDÁPIO 30 Lanche tarde 15:00	PÃO DE LEITE COM PERNIL, CEBOLA E CENOURA, SUCO DE MARACUJA	PÃO INTEGRAL COM FRANGO COM MILHO VERDE SUCO DE GOIABA	PÃO DE FORMA COM QUEIJO E APRESUNTADO SUCO DE UVA DOCE DE PÁSCOA	PONTO FACULTATIVO	FERIADO				
	Informação Nutricional (Média Semanal)								
	Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)
					1.204,88	197,28	55,92	21,26	373,69

Fontes: Taco 4ª Edição 2011

Tabela de Composição de Alimentos - Sônia Tucunduva Philippi 4ª Edição 2013

Rótulos de Alimentos

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.

GABRIEL DOS SANTOS MOURA
 NUTRICIONISTA
 CRN-3 56569



CARDÁPIOS EMEF / EMEFEI EM PERÍODO INTEGRAL - 06 à 11 ANOS

MERENDA ITU - 4ª semana

EMEF REFORÇO

ABRIL 2025

Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira				
	21/04/2025	22/04/2025	23/04/2025	24/04/2025	25/04/2025				
CARDÁPIO 21 Desjejum 6:45	FERIADO	LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAMÃO	MINGAU DE AVEIA + MAÇÃ	LEITE COM CHOCOLATE 32%, MELÃO	LEITE COM CHOCOLATE 32%, BANANA				
CARDÁPIO 29 Almoço 11:30	FERIADO	ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOIDA AO SUGO, PURE DE BATATA, SALADA DE ACELGA COM CHEIRO VERDE ABACAXI	ARROZ, FEIJÃO, CARNE DE PANELA, FAROFA DE LEGUMES, SALADA DE CATALONIA COM RABANETE BANANA	ARROZ, FEIJÃO, MACARRÃO COM ATUM, JARDINEIRA DE LEGUMES (abóbora, abobrinha e chuchu), SUCO DE LIMÃO	ARROZ, FEIJÃO, FRANGO COM BATATAS SALADA DE ALFACE COM CEBOLA, MAMÃO				
CARDÁPIO 30 Lanche tarde 15:00	FERIADO	PÃO DE FORMA COM QUEIJO MUÇARELA E TOMATE, SUCO DE MANGA	PÃO DE CENOURA COM PERNIL AO VINAGRETE, SUCO DE MARACUJA	PÃO DE LEITE COM CARNE MOÍDA E ABOBRINHA, SUCO DE ABACAXI	PÃO INTEGRAL COM SALSICHA AO MOLHO, SUCO DE GOIABA				
	Informação Nutricional (Média Semanal)								
	Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)
					1,146,34	195,27	51,73	18,42	264,28

Fontes: Taco 4ª Edição 2011

Tabela de Composição de Alimentos - Sônia Tucunduva Philippi 4ª Edição 2013

Rótulos de Alimentos

Gabriel dos Santos Moura
GABRIEL DOS SANTOS MOURA
NUTRICIONISTA
CRN-3 56569

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.



CARDÁPIOS EMEF / EMEFEI EM PERÍODO INTEGRAL - 06 à 11 ANOS

MERENDA ITU - 5ª semana

EMEF REFORÇO

ABRIL 2025

Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira				
	28/4/2025	29/4/2025	30/4/2025						
CARDÁPIO 21 Desjejum 6:45	LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAÇÃ	LEITE COM CHOCOLATE 32%, MELÃO	CONSELHO DE CLASSE						
CARDÁPIO 29 Almoço 11:30	ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA, ABOBRINHA REFOGADA, SALADA DE ALMEIRÃO COM RABANETE MELANCIA	ARROZ, FEIJÃO, POLENTA COM FRANGO AO MOLHO, SALADA DE LEGUMES (cenoura, abobrinha e beterraba), SUCO DE ACEROLA	CONSELHO DE CLASSE						
CARDÁPIO 30 Lanche tarde 15:00	PÃO DE LEITE COM PATÊ DE FRANGO E CENOURA RALADA, SUCO DE UVA	PÃO DE CENOURA COM CARNE MOÍDA E PIMENTÃO, SUCO DE MANGA	CONSELHO DE CLASSE						
	Informação Nutricional (Média Semanal)								
	Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)
	1.013,09	180,00	48,35	15,04	394,85	147,99	418,79	4,72	1.121,57

Fontes: Taco 4ª Edição 2011

Tabela de Composição de Alimentos - Sônia Tucunduva Philippi 4ª Edição 2013

Rótulos de Alimentos

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.


GABRIEL DOS SANTOS MOURA
NUTRICIONISTA
CRN-3 56569

CARDÁPIOS EMEF / EMEFEI EM PERÍODO INTEGRAL - 06 à 11 ANOS

MERENDA ITU - 1ª semana

EMEF REDE SABER

ABRIL 2025

Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira				
		01/04/2025	02/04/2025	03/04/2025	04/04/2025				
CARDÁPIO 31 6:45		SALADA DE FRUTAS	MELÃO	BANANA	ABACAXI				
CARDÁPIO 21 09:00		IOGURTE DE MORANGO, BISCOITO INTEGRAL	LEITE COM CHOCOLATE 32%, PÃO INTEGRAL COM REQUEIJÃO	LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAMÃO	MINGAU DE AVEIA + BANANA				
CARDÁPIO 29 Almoço 11:30		ARROZ, FEIJÃO, CARNE EM CUBOS COM BRÓCOLIS, SALADA DE PEPINO COM CENOURA SUCO DE MANGA	ARROZ, FEIJÃO, MACARRÃO AO MOLHO ROSÊ, FRANGO COM BATATAS SALADA DE LEGUMES BANANA	ARROZ, FEIJÃO, CARNE EM ISCAS COM TOMATE E CENOURA. SALADA DE ALFACE, CAQUI FUYU	ARROZ, FEIJÃO, OVO MEXIDO COM TOMATE E CENOURA E ABOBRINHA SALADA DE FOLHAS MISTAS MELANCIA				
CARDÁPIO 30 Lanche tarde 15:00		PÃO DE LEITE COM CARNE MOÍDA AO MOLHO, SUCO DE MARACUJA	PÃO DE CENOURA COM PERNIL ACEBOLADO, SUCO DE GOIABA	PÃO DE LEITE COM FRANGO COM TOMATE E CEBOLA, SUCO DE CAJU	PÃO DE CENOURA COM TOMATE E QUEIJO MUÇARELA, SUCO DE LIMÃO				
	Informação Nutricional (Média Semanal)								
	Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)
	1.235,16	213,28	50,92	19,30	408,15	65,43	428,35	5,22	1.316,64

Fontes: Taco 4ª Edição 2011

Tabela de Composição de Alimentos - Sônia Tucunduva Philippi 4ª Edição 2013

Rótulos de Alimentos


GABRIEL DOS SANTOS MOURA
NUTRICIONISTA
CRN-3 56569

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.



CARDÁPIOS EMEF / EMEFEI EM PERÍODO INTEGRAL - 06 à 11 ANOS
MERENDA ITU - 2ª semana

EMEF REDE SABER
ABRIL 2025

Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira				
	07/04/2025	08/04/2025	09/04/2025	10/04/2025	11/04/2025				
CARDÁPIO 31 6:45	MELANCIA	MAÇÃ COM AVEIA	MELÃO	BANANA	SALADA DE FRUTAS				
CARDÁPIO 21 09:00	LEITE COM CHOCOLATE 32%, PÃO INTEGRAL COM MARGARINA	LEITE COM CHOCOLATE 32%, MELÃO	MINGAU DE AVEIA + MAMÃO	LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAÇÃ	LEITE COM CHOCOLATE 32%, BANANA				
CARDÁPIO 29 Almoço 11:30	ARROZ, FEIJÃO, STROGONOFF DE FRANGO, BATATA SAUTÉE SALADA DE REPOLHO COM CENOURA RALADA ABACAXI	ARROZ, FEIJÃO, MACARRÃO A BOLONHESA, LEGUMES REFOGADOS (abobrinha, cenoura e vagem), SUCO DE MARACUJÁ	ARROZ, FEIJÃO, LINGUIÇA COM TOMATE E CEBOLA, PURÊ DE ABÓBORA, SALADA DE COUVE BANANA	ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOIDA COM LEGUMES SALADA DE ALMEIRÃO COM TOMATE CAQUI FUYU	ARROZ, FEIJÃO PRETO, PERNIL, COUVE REFOGADA SALADA DE VINAGRETE MAMÃO				
CARDÁPIO 30 Lanche tarde 15:00	PÃO DE CENOURA COM PERNIL ACEBOLADO, SUCO DE MORANGO	PÃO DE CENOURA COM FRANGO AO VINAGRETE, SUCO DE CAJU	PÃO DE INTEGRAL COM CARNE MOÍDA E CEBOLA, SUCO DE GOIABA	PÃO INTEGRAL COM PATÊ DE FRANGO E CENOURA RALADA SUCO DE UVA	PÃO DE LEITE COM CARNE MOÍDA AO MOLHO COM CEBOLA E CENOURA, SUCO DE ACEROLA				
	Informação Nutricional (Média Semanal)								
	Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)
	1.246,15	211,13	52,3	24,51	441,53	132,76	396,92	5,06	1301,85

Fontes: Taco 4ª Edição 2011

Tabela de Composição de Alimentos - Sônia Tucunduva Philippi 4ª Edição 2013

Rótulos de Alimentos

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.

GABRIEL DOS SANTOS MOURA
 NUTRICIONISTA
 CRN-3 56569



CARDÁPIOS EMEF / EMEFEI EM PERÍODO INTEGRAL - 06 à 11 ANOS

MERENDA ITU - 3ª semana

EMEF REDE SABER

ABRIL 2025

Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira				
	14/04/2025	15/04/2025	16/04/2025	17/04/2025	18/04/2025				
CARDÁPIO 31 6:45	MAÇÃ	MELÃO	BANANA COM AVEIA	PONTO FACULTATIVO	FERIADO				
CARDÁPIO 21 09:00	LEITE COM CHOCOLATE 32%, MELÃO	LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAMÃO	LEITE COM CHOCOLATE 32%, PÃO INTEGRAL COM REQUEIJÃO	PONTO FACULTATIVO	FERIADO				
CARDÁPIO 29 Almoço 11:30	ARROZ, FEIJÃO, CARNE DE PANELA COM BATATA, SALADA DE ACELGA COM CHEIRO VERDE MELANCIA	ARROZ, FEIJÃO, OVO MEXIDO COM CENOURA, SALADA DE BETERRABA RALADA MAÇÃ	ARROZ, FEIJÃO, MACARRÃO COM CARNE MOIDA SALADA DE BATATA, CENOURA E CHEIRO VERDE, SUCO DE CAJÚ	PONTO FACULTATIVO	FERIADO				
CARDÁPIO 30 Lanche tarde 15:00	PÃO DE LEITE COM PERNIL, CEBOLA E CENOURA, SUCO DE MARACUJA	PÃO INTEGRAL COM FRANGO COM MILHO VERDE SUCO DE GOIABA	PÃO DE FORMA COM QUEIJO E APRESUNTADO SUCO DE UVA DOCE DE PÁSCOA	PONTO FACULTATIVO	FERIADO				
	Informação Nutricional (Média Semanal)								
	Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)
	1.269,17	215,45	53,39	23,77	541,40	60,92	417,00	8,14	1.068,14

Fontes: TACO 4ª Edição 2011

Tabela de Composição de Alimentos - Sônia Tucunduva Philippi 4ª Edição 2013

Rótulos de Alimentos

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.

Gabriel dos Santos Moura
GABRIEL DOS SANTOS MOURA
NUTRICIONISTA
CRN-3 56569

CARDÁPIOS EMEF / EMEFEI EM PERÍODO INTEGRAL - 06 à 11 ANOS

MERENDA ITU - 4ª semana

EMEF REDE SABER

ABRIL 2025

Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira				
	21/04/2025	22/04/2025	23/04/2025	24/04/2025	25/04/2025				
CARDÁPIO 31 6:45	FERIADO	MAÇÃ	LARANJA	SALADA DE FRUTAS	MELANCIA				
CARDÁPIO 21 09:00	FERIADO	LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAMÃO	MINGAU DE AVEIA + MAÇÃ	LEITE COM CHOCOLATE 32%, MELÃO	LEITE COM CHOCOLATE 32%, BANANA				
CARDÁPIO 29 Almoço 11:30	FERIADO	ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOIDA AO SUGO, PURE DE BATATA, SALADA DE ACELGA COM CHEIRO VERDE ABACAXI	ARROZ, FEIJÃO, CARNE DE PANELA, FAROFA DE LEGUMES, SALADA DE CATALONIA COM RABANETE BANANA	ARROZ, FEIJÃO, MACARRÃO COM ATUM, JARDINEIRA DE LEGUMES (abóbora, abobrinha e chuchu), SUCO DE LIMÃO	ARROZ, FEIJÃO, FRANGO COM BATATAS SALADA DE ALFACE COM CEBOLA, MAMÃO				
CARDÁPIO 30 Lanche tarde 15:00	FERIADO	PÃO DE FORMA COM QUEIJO MUÇARELA E TOMATE, SUCO DE MANGA	PÃO DE CENOURA COM PERNIL AO VINAGRETE, SUCO DE MARACUJA	PÃO DE LEITE COM CARNE MOÍDA E ABOBRINHA, SUCO DE ABACAXI	PÃO INTEGRAL COM SALSICHA AO MOLHO, SUCO DE GOIABA				
	Informação Nutricional (Média Semanal)								
	Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)
	1.169,93	200,43	48,09	20,18	353,96	71,67	388,19	6,37	1.100,51

Fontes: Taco 4ª Edição 2011

Tabela de Composição de Alimentos - Sônia Tucunduva Philippi 4ª Edição 2013

Rótulos de Alimentos

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.


GABRIEL DOS SANTOS MOURA
NUTRICIONISTA
CRN-3 56569



CARDÁPIOS EMEF / EMEFEI EM PERÍODO INTEGRAL - 06 à 11 ANOS

MERENDA ITU - 5ª semana

EMEF REDE SABER

ABRIL 2025

Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira				
	28/4/2025	29/4/2025	30/4/2025						
CARDÁPIO 31 6:45	MELAO	SALADA DE FRUTAS	CONSELHO DE CLASSE						
CARDÁPIO 21 09:00	LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAÇÃ	LEITE COM CHOCOLATE 32%, MELÃO	CONSELHO DE CLASSE						
CARDÁPIO 29 Almoço 11:30	ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA, ABOBRINHA REFOGADA, SALADA DE ALMEIRÃO COM RABANETE MELANCIA	ARROZ, FEIJÃO, POLENTA COM FRANGO AO MOLHO, SALADA DE LEGUMES (cenoura, abobrinha e beterraba), SUCO DE ACEROLA	CONSELHO DE CLASSE						
CARDÁPIO 30 Lanche tarde 15:00	PÃO DE LEITE COM PATÊ DE FRANGO E CENOURA RALADA, SUCO DE UVA	PÃO DE CENOURA COM CARNE MOÍDA E PIMENTÃO, SUCO DE MANGA	CONSELHO DE CLASSE						
	Informação Nutricional (Média Semanal)								
	Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)
	1.227,83	230,69	49,82	17,50	514,74	162,74	301,01	5,34	1.225,30

Fontes: Taco 4ª Edição 2011

Tabela de Composição de Alimentos - Sônia Tucunduva Philippi 4ª Edição 2013

Rótulos de Alimentos

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.

Gabriel dos Santos Moura
GABRIEL DOS SANTOS MOURA
NUTRICIONISTA
CRN-3 56569

CARDÁPIOS EMEI EM PERÍODO INTEGRAL - 04 à 05 ANOS

MERENDA ITU - 1ª semana

Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira				
		01/04/2025	02/04/2025	03/04/2025	04/04/2025				
CARDÁPIO 31 6:45		SALADA DE FRUTAS	MELÃO	BANANA	ABACAXI				
CARDÁPIO 21 09:00		IOGURTE DE MORANGO, BISCOITO INTEGRAL	LEITE COM CHOCOLATE 32%, PÃO INTEGRAL COM REQUEIJÃO	LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAMÃO	MINGAU DE AVEIA + BANANA				
CARDÁPIO 27 Almoço 11:30		ARROZ, FEIJÃO, CARNE EM CUBOS COM BRÓCOLIS, SALADA DE PEPINO COM CENOURA SUCO DE MANGA	ARROZ, FEIJÃO, MACARRÃO AO MOLHO ROSÊ, FRANGO COM BATATAS SALADA DE LEGUMES BANANA	ARROZ, FEIJÃO, CARNE EM ISCAS COM TOMATE E CENOURA. SALADA DE ALFACE, CAQUI FUYU	ARROZ, FEIJÃO, OVO MEXIDO COM TOMATE E CENOURA E ABOBRINHA SALADA DE FOLHAS MISTAS MELANCIA				
CARDÁPIO 28 Lanche tarde 15:00		PÃO DE LEITE COM CARNE MOÍDA AO MOLHO, SUCO DE MARACUJA	PÃO DE CENOURA COM PERNIL ACEBOLADO, SUCO DE GOIABA	PÃO DE LEITE COM FRANGO COM TOMATE E CEBOLA, SUCO DE CAJU	PÃO DE CENOURA COM TOMATE E QUEIJO MUÇARELA, SUCO DE LIMÃO				
	Informação Nutricional (Média Semanal)								
	Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)
					868,51	149,99	33,55	15,43	331,27

Fontes: Taco 4ª Edição 2011

Tabela de Composição de Alimentos - Sônia Tucunduva Philippi 4ª Edição 2013

Rótulos de Alimentos



GABRIEL DOS SANTOS MOURA
NUTRICIONISTA
CRN-3 56569

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.



CARDÁPIOS EMEI EM PERÍODO INTEGRAL - 04 à 05 ANOS
MERENDA ITU - 2ª semana

EMEI REDE SABER
ABRIL 2025

Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira				
	07/04/2025	08/04/2025	09/04/2025	10/04/2025	11/04/2025				
CARDÁPIO 31 6:45	MELANCIA	MAÇÃ COM AVEIA	MELÃO	BANANA	SALADA DE FRUTAS				
CARDÁPIO 21 09:00	LEITE COM CHOCOLATE 32%, PÃO INTEGRAL COM MARGARINA	LEITE COM CHOCOLATE 32%, MELÃO	MINGAU DE AVEIA + MAMÃO	LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAÇÃ	LEITE COM CHOCOLATE 32%, BANANA				
CARDÁPIO 27 Almoço 11:30	ARROZ, FEIJÃO, STROGONOFF DE FRANGO, BATATA SAUTÉE SALADA DE REPOLHO COM CENOURA RALADA ABACAXI	ARROZ, FEIJÃO, MACARRÃO A BOLONHESA, LEGUMES REFOGADOS (abobrinha, cenoura e vagem), SUCO DE MARACUJÁ	ARROZ, FEIJÃO, LINGUIÇA COM TOMATE E CEBOLA, PURÊ DE ABÓBORA, SALADA DE COUVE BANANA	ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOIDA COM LEGUMES SALADA DE ALMEIRÃO COM TOMATE CAQUI FUYU	ARROZ, FEIJÃO PRETO, PERNIL, COUVE REFOGADA SALADA DE VINAGRETE MAMÃO				
CARDÁPIO 28 Lanche tarde 15:00	PÃO DE CENOURA COM PERNIL ACEBOLADO, SUCO DE MORANGO	PÃO DE CENOURA COM FRANGO AO VINAGRETE, SUCO DE CAJU	PÃO DE INTEGRAL COM CARNE MOÍDA E CEBOLA, SUCO DE GOIABA	PÃO INTEGRAL COM PATÊ DE FRANGO E CENOURA RALADA SUCO DE UVA	PÃO DE LEITE COM CARNE MOÍDA AO MOLHO COM CEBOLA E CENOURA, SUCO DE ACEROLA				
	Informação Nutricional (Média Semanal)								
	Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)
	854,24	148,79	33,00	16,50	387,69	119,66	353,08	3,44	839,61

Fontes: Taco 4ª Edição 2011

Tabela de Composição de Alimentos - Sônia Tucunduva Philippi 4ª Edição 2013

Rótulos de Alimentos

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.

GABRIEL DOS SANTOS MOURA
 NUTRICIONISTA
 CRN-3 56569

CARDÁPIOS EMEI EM PERÍODO INTEGRAL - 04 à 05 ANOS

MERENDA ITU - 3ª semana

EMEI REDE SABER

ABRIL 2025

Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira				
	14/04/2025	15/04/2025	16/04/2025	17/04/2025	18/04/2025				
CARDÁPIO 31 6:45	MAÇÃ	MELÃO	BANANA COM AVEIA	PONTO FACULTATIVO	FERIADO				
CARDÁPIO 21 09:00	LEITE COM CHOCOLATE 32%, MELÃO	LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAMÃO	LEITE COM CHOCOLATE 32%, PÃO INTEGRAL COM REQUEIJÃO	PONTO FACULTATIVO	FERIADO				
CARDÁPIO 27 Almoço 11:30	ARROZ, FEIJÃO, CARNE DE PANELA COM BATATA, SALADA DE ACELGA COM CHEIRO VERDE MELANCIA	ARROZ, FEIJÃO, OVO MEXIDO COM CENOURA, SALADA DE BETERRABA RALADA MAÇÃ	ARROZ, FEIJÃO, MACARRÃO COM CARNE MOIDA SALADA DE BATATA, CENOURA E CHEIRO VERDE, SUCO DE CAJÚ	PONTO FACULTATIVO	FERIADO				
CARDÁPIO 28 Lanche tarde 15:00	PÃO DE LEITE COM PERNIL, CEBOLA E CENOURA, SUCO DE MARACUJA	PÃO INTEGRAL COM FRANGO COM MILHO VERDE SUCO DE GOIABA	PÃO DE FORMA COM QUEIJO E APRESUNTADO SUCO DE UVA DOCE DE PÁSCOA	PONTO FACULTATIVO	FERIADO				
	Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)
	918,18	155,14	35,34	18,56	445,46	55,83	372,68	6,04	708,67

Fontes: TACO 4ª Edição 2011

Tabela de Composição de Alimentos - Sônia Tucunduva Philippi 4ª Edição 2013

Rótulos de Alimentos

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.


GABRIEL DOS SANTOS MOURA
NUTRICIONISTA
CRN-3 56569



CARDÁPIOS EMEI EM PERÍODO INTEGRAL - 04 à 05 ANOS

MERENDA ITU - 4ª semana

EMEI REDE SABER

ABRIL 2025

Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira											
	21/04/2025	22/04/2025	23/04/2025	24/04/2025	25/04/2025											
CARDÁPIO 31 6:45	FERIADO	MAÇÃ	LARANJA	SALADA DE FRUTAS	MELANCIA											
CARDÁPIO 21 09:00	FERIADO	LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAMÃO	MINGAU DE AVEIA + MAÇÃ	LEITE COM CHOCOLATE 32%, MELÃO	LEITE COM CHOCOLATE 32%, BANANA											
CARDÁPIO 27 Almoço 11:30	FERIADO	ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOIDA AO SUGO, PURE DE BATATA, SALADA DE ACELGA COM CHEIRO VERDE ABACAXI	ARROZ, FEIJÃO, CARNE DE PANELA, FAROFA DE LEGUMES, SALADA DE CATALONIA COM RABANETE BANANA	ARROZ, FEIJÃO, MACARRÃO COM ATUM, JARDINEIRA DE LEGUMES (abóbora, abobrinha e chuchu), SUCO DE LIMÃO	ARROZ, FEIJÃO, FRANGO COM BATATAS SALADA DE ALFACE COM CEBOLA, MAMÃO											
CARDÁPIO 28 Lanche tarde 15:00	FERIADO	PÃO DE FORMA COM QUEIJO MUÇARELA E TOMATE, SUCO DE MANGA	PÃO DE CENOURA COM PERNIL AO VINAGRETE, SUCO DE MARACUJA	PÃO DE LEITE COM CARNE MOÍDA E ABOBRINHA, SUCO DE ABACAXI	PÃO INTEGRAL COM SALSICHA AO MOLHO, SUCO DE GOIABA											
	Informação Nutricional (Média Semanal)															
	Energia (kcal)		CHO (g)		Proteínas (g)		Gorduras Totais (g)		Vitaminas		Minerais					
									A (RE)		C (mg)		Ca (mg)		Fe (mg)	
	826,41		139,92		32,93		16,29		230,00		58,68		407,73		3,86	

Fontes: Taco 4ª Edição 2011

Tabela de Composição de Alimentos - Sônia Tucunduva Philippi 4ª Edição 2013

Rótulos de Alimentos

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.

Gabriel dos Santos Moura
GABRIEL DOS SANTOS MOURA
NUTRICIONISTA
CRN-3 56569



CARDÁPIOS EMEI EM PERÍODO INTEGRAL - 04 à 05 ANOS

MERENDA ITU - 5ª semana

EMEI REDE SABER

ABRIL 2025

Refeição	Segunda-Feira 28/4/2025	Terça-Feira 29/4/2025	Quarta-Feira 30/4/2025	Quinta-Feira	Sexta-feira
CARDÁPIO 31 6:45	MELAO	SALADA DE FRUTAS	CONSELHO DE CLASSE		
CARDÁPIO 21 09:00	LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAÇÃ	LEITE COM CHOCOLATE 32%, MELÃO	CONSELHO DE CLASSE		
CARDÁPIO 27 Almoço 11:30	ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA, ABOBRINHA REFOGADA, SALADA DE AMEIRÃO COM CEBOLA MELANCIA	ARROZ, FEIJÃO, POLENTA COM FRANGO AO MOLHO, SALADA DE LEGUMES (cenoura, abobrinha e beterraba), SUCO DE ACEROLA	CONSELHO DE CLASSE		
CARDÁPIO 28 Lanche tarde 15:00	PÃO DE LEITE COM PATÊ DE FRANGO E CENOURA RALADA, SUCO DE UVA	PÃO DE CENOURA COM CARNE MOÍDA E PIMENTÃO, SUCO DE MANGA	CONSELHO DE CLASSE		

Informação Nutricional (Média Semanal)								
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
				A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)
870,10	160,17	33,06	14,71	457,01	160,83	283,05	3,62	777,52

Fontes: Taco 4ª Edição 2011

Tabela de Composição de Alimentos - Sônia Tucunduva Philippi 4ª Edição 2013

Rótulos de Alimentos

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.

GABRIEL DOS SANTOS MOURA
 NUTRICIONISTA
 CRN-3 56569



FUTURA GUIA DA LUZ
ABRIL 2025

CARDÁPIOS EMEI EM PERÍODO INTEGRAL - 04 à 05 ANOS

MERENDA ITU - 1ª semana

Refeição	Segunda-Feira		Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira				
			01/04/2025	02/04/2025	03/04/2025	04/04/2025				
CARDÁPIO 21 Desjejum 6:45			IOGURTE DE MORANGO, BISCOITO INTEGRAL	LEITE COM CHOCOLATE 32%, PÃO INTEGRAL COM REQUEIJÃO	LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAMÃO	MINGAU DE AVEIA + BANANA				
CARDÁPIO 27 Almoço 11:30			ARROZ, LENTILHA, PERNIL COM BRÓCOLIS, SALADA DE PEPINO COM CENOURA SUCO DE MANGA	ARROZ, FEIJÃO, MACARRÃO AO SUGO, FRANGO ASSADO COM BATATAS SALADA DE LEGUMES BANANA	ARROZ, FEIJÃO, CARNE EM CUBOS COM TOMATE E CENOURA. SALADA DE ALFACE, CAQUI FUYU	ARROZ, FEIJÃO, OVO MEXIDO COM TOMATE E CENOURA E ABOBRINHA SALADA DE FOLHAS MISTAS MAMÃO				
CARDÁPIO 28 Lanche tarde 15:00			PÃO DE LEITE COM CARNE MOÍDA AO MOLHO, SUCO DE GOIABA	PÃO DE CENOURA COM PERNIL ACEBOLADO, SUCO DE MARACUJA	PÃO DE LEITE COM FRANGO COM TOMATE E CEBOLA, SUCO DE CAJU	PÃO DE CENOURA COM TOMATE E QUEIJO MUÇARELA, SUCO DE LIMÃO				
	Informação Nutricional (Média Semanal)									
	Energia (kcal)		CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
						A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)
	786,66		133,29	28,35	15,59	271,47	55,61	351,37	3,11	722,26

Fontes: Taco 4ª Edição 2011

Tabela de Composição de Alimentos - Sônia Tucunduva Philippi 4ª Edição 2013

Rótulos de Alimentos

Gabriel dos Santos Moura
GABRIEL DOS SANTOS MOURA
NUTRICIONISTA
CRN-3 56569

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.



CARDÁPIOS EMEI EM PERÍODO INTEGRAL - 04 à 05 ANOS

MERENDA ITU - 2ª semana

FUTURA, GUIA DA LUZ

ABRIL 2025

Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira				
	07/04/2025	08/04/2025	09/04/2025	10/04/2025	11/04/2025				
CARDÁPIO 21 Desjejum 6:45	LEITE COM CHOCOLATE 32%, PÃO INTEGRAL COM MARGARINA	LEITE COM CHOCOLATE 32%, MELÃO	MINGAU DE AVEIA + MAMÃO	LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAÇÃ	LEITE COM CHOCOLATE 32%, BANANA				
CARDÁPIO 27 Almoço 11:30	ARROZ, FEIJÃO, STROGONOFF DE CARNE EM ÍSCAS, BATATA SAUTÉE, SALADA DE REPOLHO COM CENOURA RALADA MAÇÃ	ARROZ, FEIJÃO, MACARRÃO A BOLONHESA, LEGUMES REFOGADOS (abobrinha, cenoura e vagem), SALADA DE PEPINO PÊRA	ARROZ, GRÃO DE BICO, CARNE MOIDA COM LEGUMES SALADA DE ALMEIRÃO COM TOMATE CAQUI FUYU	ARROZ, FEIJÃO, CARNE DE PANELA, PURÊ DE ABOBORA SALADA DE FOLHAS MISTAS (alface, rucula e acelga), BANANA	ARROZ, FEIJÃO PRETO, PERNIL, COUVE REFOGADA SALADA DE VINAGRETE SUCO DE LARANJA				
CARDÁPIO 28 Lanche tarde 15:00	PÃO DE CENOURA COM PERNIL ACEBOLADO, SUCO DE MARACUJA	PÃO DE CENOURA COM FRANGO AO VINAGRETE, SUCO DE CAJU	PÃO DE INTEGRAL COM CARNE MOÍDA E CEBOLA, SUCO DE GOIABA	PÃO INTEGRAL COM PATÊ DE FRANGO E CENOURA RALADA SUCO DE MORANGO	PÃO DE LEITE COM CARNE MOÍDA AO MOLHO COM CEBOLA E CENOURA, SUCO DE ACEROLA				
	Informação Nutricional (Média Semanal)								
	Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)
	762,51	128,00	28,00	16,00	380,30	98,82	288,87	3,02	514,59

Fontes: Taco 4ª Edição 2011

Tabela de Composição de Alimentos - Sônia Tucunduva Philippi 4ª Edição 2013

Rótulos de Alimentos

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.

Gabriel dos Santos Moura
GABRIEL DOS SANTOS MOURA
NUTRICIONISTA
CRN-3 56569



CARDÁPIOS EMEI EM PERÍODO INTEGRAL - 04 à 05 ANOS
MERENDA ITU - 3ª semana

FUTURA GUIA DA LUZ
ABRIL 2025

Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira				
	14/04/2025	15/04/2025	16/04/2025	17/04/2025	18/04/2025				
CARDÁPIO 21 Desjejum 6:45	LEITE COM CHOCOLATE 32%, MELÃO	LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAMÃO	LEITE COM CHOCOLATE 32%, PÃO INTEGRAL COM REQUEIJÃO	LEITE COM CACAU 32%, BISCOITO INTEGRAL	FERIADO				
CARDÁPIO 27 Almoço 11:30	ARROZ, FEIJÃO, CARNE DE PANELA COM BATATA SALADA DE ACELGA COM CHEIRO VERDE ABACAXI	ARROZ, FEIJÃO, OVO MEXIDO COM CENOURA, SALADA DE BETERRABA RALADA MAMÃO	ARROZ, FEIJAO, MACARRAO COM FRANGO SALADA DE BATATA, CENOURA E CHEIRO VERDE SUCO DE MARACUJÁ COM LARANJA	ARROZ, FEIJÃO, PERNIL AO VINAGRETE SALADA DE PEPINO COM CENOURA RALADA, BANANA	FERIADO				
CARDÁPIO 28 Lanche tarde 15:00	PÃO DE LEITE COM PERNIL, CEBOLA E CENOURA, SUCO DE MARACUJA	PÃO INTEGRAL COM FRANGO COM MILHO VERDE SUCO DE MANGA	PÃO DE FORMA COM QUEIJO E APRESUNTADO SUCO DE UVA	PÃO DE CENOURA COM FRANGO DESFIADO, TOMATE E ALFACE, SUCO DE ACEROLA DOCE DE PÁSCOA	FERIADO				
	Informação Nutricional (Média Semanal)								
	Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)
					884.86	140.37	33.24	21.16	263.98

Fontes: Taco 4ª Edição 2011

Tabela de Composição de Alimentos - Sônia Tucunduva Philippi 4ª Edição 2013

Rótulos de Alimentos

GABRIEL DOS SANTOS MOURA
 NUTRICIONISTA
 CRN-3 56569

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.

CARDÁPIOS EMEI EM PERÍODO INTEGRAL - 04 à 05 ANOS

MERENDA ITU - 4ª semana

FUTURA.GUIA DA LUZ

ABRIL 2025

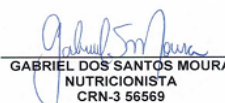
Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira				
	21/04/2025	22/04/2025	23/04/2025	24/04/2025	25/04/2025				
CARDÁPIO 21 Desjejum 6:45	FERIADO	LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAMÃO	MINGAU DE AVEIA + MAÇÃ	LEITE COM CHOCOLATE 32%, MELÃO	LEITE COM CHOCOLATE 32%, BANANA				
CARDÁPIO 27 Almoço 11:30	FERIADO	ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOIDA AO SUGO, PURE DE BATATA, SALADA DE ACELGA COM CHEIRO VERDE MELANCIA	ARROZ, FEIJÃO BRANCO, CARNE DE PANELA, FAROFA DE LEGUMES SALADA DE REPOLHO COM RABANETE ABACAXI	ARROZ, FEIJÃO, MACARRÃO COM ATUM, JARDINEIRA DE LEGUMES (abóbora, abobrinha e chuchu) SALADA DE CATALONIA SUCO DE UVA	ARROZ, FEIJÃO, FRANGO COM BATATAS SALADA DE ALFACE COM CEBOLA, MAÇÃ				
CARDÁPIO 28 Lanche tarde 15:00	FERIADO	PÃO DE FORMA COM QUEIJO MUÇARELA E TOMATE, SUCO DE MAÇÃ	PÃO DE CENOURA COM PERNIL AO VINAGRETE, SUCO DE MARACUJA	PÃO DE LEITE COM CARNE MOÍDA E ABOBRINHA, SUCO DE MELANCIA	PÃO INTEGRAL COM SALSICHA AO MOLHO, SUCO DE GOIABA				
	Informação Nutricional (Média Semanal)								
	Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)
					827.20	144.58	28.72	15.90	249.61

Fontes: Taco 4ª Edição 2011

Tabela de Composição de Alimentos - Sônia Tucunduva Philippi 4ª Edição 2013

Rótulos de Alimentos

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.


GABRIEL DOS SANTOS MOURA
NUTRICIONISTA
CRN-3 56569



CARDÁPIOS EMEI EM PERÍODO INTEGRAL - 04 à 05 ANOS

MERENDA ITU - 5ª semana

FUTURA.GUIA DA LUZ

ABRIL 2025

Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira				
	28/4/2025	29/4/2025	30/4/2025						
CARDÁPIO 21 Desjejum 6:45	LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAÇÃ	LEITE COM CHOCOLATE 32%, MELÃO	LEITE COM CHOCOLATE 32%, PÃO INTEGRAL COM REQUEIJÃO						
CARDÁPIO 27 Almoço 11:30	ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA, ABOBRINHA REFOGADA, SALADA DE AMEIRÃO COM CEBOLA MELÃO	ARROZ, FEIJÃO, POLENTA COM FRANGO AO MOLHO, SALADA DE LEGUMES (cenoura, abobrinha e beterraba), SUCO DE ACEROLA	ARROZ, FEIJÃO, PERNIL COM ABÓBORA, SALADA DE COUVE COM CEBOLA LARANJA						
CARDÁPIO 28 Lanche tarde 15:00	PÃO DE LEITE COM PATÊ DE FRANGO E CENOURA RALADA, SUCO DE UVA	PÃO DE CENOURA COM CARNE MOÍDA E PIMENTÃO, SUCO DE MARACUJA	PÃO DE LEITE COM CARNE ÍSCAS AO MOLHO, SUCO DE LIMÃO						
	Informação Nutricional (Média Semanal)								
	Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)
					757.67	122.19	28.10	16.71	349.99

Fontes: TACO 4ª Edição 2011

Tabela de Composição de Alimentos - Sônia Tucunduva Philippi 4ª Edição 2013

Rótulos de Alimentos

Gabriel dos Santos Moura
GABRIEL DOS SANTOS MOURA
NUTRICIONISTA
CRN-3 56569

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.

CARDÁPIO 1 à 5 - BEBÊS DE 04 à 05 MESES
MERENDA ITU - 1ª semana



Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira				
		01/04/2025	02/04/2025	03/04/2025	04/04/2025				
CARDÁPIO 1 Desjejum 7:30		FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1				
CARDÁPIO 2 Colação 10:00		FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1				
CARDÁPIO 3 Almoço 12:00		FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1				
CARDÁPIO 4 Lanche da Tarde 14:30		FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1				
CARDÁPIO 5 Jantar 16:00		FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1				
	Informação Nutricional (Média Semanal)								
	Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)
					729,35	80,00	16,00	38,00	826,50

Fontes: Taco 4ª Edição 2011
Tabela de Composição de Alimentos - Sônia Tucunduva Philippi 4ª Edição 2013
Rótulos de Alimentos

F1: Fórmula láctea infantil padrão para crianças menores de 6 meses.
Não adicionar açúcar, farinhas, frutas e qualquer outro alimento às fórmulas infantis.

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.


GABRIEL DOS SANTOS MOURA
NUTRICIONISTA
CRN-3 56569

CARDÁPIO 1 à 5 - BEBÊS DE 04 à 05 MESES
MERENDA ITU - 2ª semana



Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira				
	07/04/2025	08/04/2025	09/04/2025	10/04/2025	11/04/2025				
CARDÁPIO 1 Desjejum 7:30	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1				
CARDÁPIO 2 Colação 10:00	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1				
CARDÁPIO 3 Almoço 12:00	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1				
CARDÁPIO 4 Lanche da Tarde 14:30	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1				
CARDÁPIO 5 Jantar 16:00	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1				
	Informação Nutricional (Média Semanal)								
	Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)
	729,35	80,00	16,00	38,00	826,50	159,50	551,00	7,98	536,50

Fontes: TACO 4ª Edição 2011
Tabela de Composição de Alimentos - Sônia Tucunduva Philippi 4ª Edição 2013
Rótulos de Alimentos

F1: Fórmula láctea infantil padrão para crianças menores de 6 meses.
Não adicionar açúcar, farinhas, frutas e qualquer outro alimento às fórmulas infantis.

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.


GABRIEL DOS SANTOS MOURA
NUTRICIONISTA
CRN-3 56569

CARDÁPIO 1 à 5 - BEBÊS DE 04 à 05 MESES
MERENDA ITU - 3ª semana



Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira				
	14/04/2025	15/04/2025	16/04/2025	17/04/2025	18/04/2025				
CARDÁPIO 1 Desjejum 7:30	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	PONTO FACULTATIVO	FERIADO				
CARDÁPIO 2 Colação 10:00	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	PONTO FACULTATIVO	FERIADO				
CARDÁPIO 3 Almoço 12:00	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	PONTO FACULTATIVO	FERIADO				
CARDÁPIO 4 Lanche da Tarde 14:30	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	PONTO FACULTATIVO	FERIADO				
CARDÁPIO 5 Jantar 16:00	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	PONTO FACULTATIVO	FERIADO				
	Informação Nutricional (Média Semanal)								
	Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)
					729.35	80.00	16.00	38.00	826.50

Fontes: Taco 4ª Edição 2011

Tabela de Composição de Alimentos - Sônia Tucunduva Philippi 4ª Edição 2013

Rótulos de Alimentos

F1: Fórmula láctea infantil padrão para crianças menores de 6 meses.

Não adicionar açúcar, farinhas, frutas e qualquer outro alimento às fórmulas infantis.


GABRIEL DOS SANTOS MOURA
NUTRICIONISTA
CRN-3 56569

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.

CARDÁPIO 1 à 5 - BEBÊS DE 04 à 05 MESES
MERENDA ITU - 4ª semana



Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira				
	21/04/2025	22/04/2025	23/04/2025	24/04/2025	25/04/2025				
CARDÁPIO 1 Desjejum 7:30	FERIADO	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1				
CARDÁPIO 2 Colação 10:00	FERIADO	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1				
CARDÁPIO 3 Almoço 12:00	FERIADO	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1				
CARDÁPIO 4 Lanche da Tarde 14:30	FERIADO	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1				
CARDÁPIO 5 Jantar 16:00	FERIADO	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1				
	Informação Nutricional (Média Semanal)								
	Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)
					729,35	80,00	16,00	38,00	826,50

Fontes: Taco 4ª Edição 2011
Tabela de Composição de Alimentos - Sônia Tucunduva Philippi 4ª Edição 2013
Rótulos de Alimentos

F1: Fórmula láctea infantil padrão para crianças menores de 6 meses.
Não adicionar açúcar, farinhas, frutas e qualquer outro alimento às fórmulas infantis.


GABRIEL DOS SANTOS MOURA
NUTRICIONISTA
CRN-3 56569

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.

CARDÁPIO 1 à 5 - BEBÊS DE 04 à 05 MESES
MERENDA ITU - 4ª semana



Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira				
	28/04/2025	29/04/2025	30/04/2025						
CARDÁPIO 1 Desjejum 7:30	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1						
CARDÁPIO 2 Colação 10:00	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1						
CARDÁPIO 3 Almoço 12:00	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1						
CARDÁPIO 4 Lanche da Tarde 14:30	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1						
CARDÁPIO 5 Jantar 16:00	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1						
	Informação Nutricional (Média Semanal)								
	Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)
729,35	80,00	16,00	38,00	826,50	159,50	551,00	7,98	536,50	

Fontes: Taco 4ª Edição 2011
Tabela de Composição de Alimentos - Sônia Tucunduva Philippi 4ª Edição 2013
Rótulos de Alimentos

F1: Fórmula láctea infantil padrão para crianças menores de 6 meses.
Não adicionar açúcar, farinhas, frutas e qualquer outro alimento às fórmulas infantis.


GABRIEL DOS SANTOS MOURA
NUTRICIONISTA
CRN-3 56569

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.



Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira				
		01/04/2025	02/04/2025	03/04/2025	04/04/2025				
CARDÁPIO 6 Desjejum 7:30		FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1				
CARDÁPIO 7 Colação 10:00		PAPA DE ARROZ, CALDO DE FEIJÃO, CARNE MOÍDA, INHAME, ABOBRINHA	PAPA DE FUBÁ, CALDO DE FEIJÃO, FRANGO, CARÁ E ABÓBORA PAULISTA	PAPA DE MACARRÃO, CALDO DE FEIJÃO, CARNE ÍSCAS, BATATA E CENOURA	PAPA DE FUBÁ, FRANGO, MANDIOCA E ESPINAFRE				
CARDÁPIO 8 Almoço 12:00		FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1				
CARDÁPIO 9 Lanche da Tarde 14:30		PAPA DE MAÇÃ	PAPA DE BANANA	PAPA DE MAMÃO	PAPA DE BANANA				
CARDÁPIO 10 Jantar 16:00		FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1				
	Informação Nutricional (Média Semanal)								
	Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)
					692,90	88,88	20,50	28,35	677,50

Fontes: Taco 4ª Edição 2011

Tabela de Composição de Alimentos - Sônia Tucunduva Philippi 4ª Edição 2013

Rótulos de Alimentos

F1: Fórmula láctea infantil padrão para crianças de 6 meses.

Não adicionar açúcar, farinhas, frutas e qualquer outro alimento às fórmulas infantis.

As frutas devem ser amassadas ou raspadas e oferecidas com a colher

A papa deverá ser PENEIRADA e servida na consistência de purê.

Hidratação: oferecer água filtrada ou fervida entre as refeições

Ofertar apenas 1 fruta ao dia.


GABRIEL DOS SANTOS MOURA
NUTRICIONISTA
CRN-3 55569

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.

CARDÁPIO 6 à 10 - BEBÊS DE 06 MESES
MERENDA ITU - 2ª semana



Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira							
	07/04/2025	08/04/2025	09/04/2025	10/04/2025	11/04/2025							
CARDÁPIO 6 Desjejum 7:30	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1							
CARDÁPIO 7 Colação 10:00	PAPA DE ARROZ, CALDO DE FEIJÃO, CARNE ÍSCAS, BATATA E CHUCHU	PAPA DE MACARRÃO, CALDO DE FEIJÃO, FRANGO, ABÓBORA E ABOBRINHA	PAPA DE FUBÁ, CALDO DE FEIJÃO, CARNE MOÍDA, CARÁ E COUVE	PAPA DE ARROZ, ISCAS, MANDIOQUINHA E CENOURA	PAPA DE MACARRÃO, FRANGO, BROCOLIS E BATATA DOCE							
CARDÁPIO 8 Almoço 12:00	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1							
CARDÁPIO 9 Lanche da Tarde 14:30	PAPA DE MAÇÃ	PAPA DE PÊRA	PAPA DE BANANA	PAPA DE MAMÃO	PAPA DE BANANA							
CARDÁPIO 10 Jantar 16:00	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1							
	Informação Nutricional (Média Semanal)											
	Energia (kcal)		CHO (g)	Proteínas (g)		Gorduras Totais (g)		Vitaminas		Minerais		
								A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)
										</		

Fontes: TACO 4ª Edição 2011

Tabela de Composição de Alimentos - Sônia Tucunduba Philippi 4ª Edição 2013

Rótulos de Alimentos

F1: Fórmula láctea infantil padrão para crianças de 6 meses.

Não adicionar açúcar, farinhas, frutas e qualquer outro alimento às fórmulas infantis.

As frutas devem ser amassadas ou raspadas e oferecidas com a colher

A papa deverá ser PENEIRADA e servida na consistência de purê.

Hidratação: oferecer água filtrada ou fervida entre as refeições

Ofertar apenas 1 fruta ao dia.


GABRIEL DOS SANTOS MOURA
NUTRICIONISTA
CRN-3 56569

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.

CARDÁPIO 6 à 10 - BEBÊS DE 06 MESES
MERENDA ITU - 3ª semana



Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira					
	14/04/2025	15/04/2025	16/04/2025	17/04/2025	18/04/2025					
CARDÁPIO 6 Desjejum 7:30	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	PONTO FACULTATIVO	FERIADO					
CARDÁPIO 7 Colação 10:00	PAPA DE ARROZ, CALDO DE FEIJÃO, CARNE ÍSCAS, BATATA E BERINJELA	PAPA FUBÁ, FRANGO, MANDIOCA E ABOBRINHA	PAPA DE MACARRÃO, CALDO DE FEIJÃO, CARNE MOÍDA, CENOURA E BATATA DOCE	PONTO FACULTATIVO	FERIADO					
CARDÁPIO 8 Almoço 12:00	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	PONTO FACULTATIVO	FERIADO					
CARDÁPIO 9 Lanche da Tarde 14:30	PAPA DE MAÇÃ	PAPA DE PÊRA	PAPA DE BANANA	PONTO FACULTATIVO	FERIADO					
CARDÁPIO 10 Jantar 16:00	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	PONTO FACULTATIVO	FERIADO					
	Informação Nutricional (Média Semanal)									
	Energia (kcal)		CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
						A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)
	689,18		86,73	19,08	29,44	898,83	123,34	418,59	6,91	447,67

Fontes: Taco 4ª Edição 2011

Tabela de Composição de Alimentos - Sônia Tucunduva Philippi 4ª Edição 2013

Rótulos de Alimentos

F1: Fórmula láctea infantil padrão para crianças de 6 meses.

Não adicionar açúcar, farinhas, frutas e qualquer outro alimento às fórmulas infantis.

As frutas devem ser amassadas ou raspadas e oferecidas com a colher

A papa deverá ser PENEIRADA e servida na consistência de purê.

Hidratação: oferecer água filtrada ou fervida entre as refeições

Ofertar apenas 1 fruta ao dia.


GABRIEL DOS SANTOS MOURA
NUTRICIONISTA
CRN-3 56569

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.



CARDÁPIO 6 à 10 - BEBÊS DE 06 MESES
MERENDA ITU - 4ª semana



Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira								
	21/04/2025	22/04/2025	23/04/2025	24/04/2025	25/04/2025								
CARDÁPIO 6 Desjejum 7:30	FERIADO	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1								
CARDÁPIO 7 Colação 10:00	FERIADO	PAPA DE FUBÁ, CARNE MOÍDA, MANDIOQUINHA E ABÓBORA	PAPA DE MACARRÃO, CALDO DE FEIJÃO, CARNE ÍSCAS, ABOBRINHA E INHAME	PAPA DE FUBÁ, CALDO DE FEIJÃO, FRANGO, MANDIOCA E CENOURA	PAPA DE ARROZ, ISCAS, ABOBRINHA E BATATA								
CARDÁPIO 8 Almoço 12:00	FERIADO	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1								
CARDÁPIO 9 Lanche da Tarde 14:30	FERIADO	PAPA DE MAÇÃ	PAPA DE BANANA	PAPA DE MAMÃO	PAPA DE BANANA								
CARDÁPIO 10 Jantar 16:00	FERIADO	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1								
	Informação Nutricional (Média Semanal)												
	Energia (kcal)		CHO (g)	Proteínas (g)		Gorduras Totais (g)		Vitaminas		Minerais			
						A (RE)		C (mg)		Ca (mg)		Fe (mg)	Sódio (mg)
	685,52		86,00	18,91	29,49	683,30		133,98		418,81		6,85	447,11

Fontes: TACO 4ª Edição 2011

Tabela de Composição de Alimentos - Sônia Tucunduva Philippi 4ª Edição 2013

Rótulos de Alimentos

F1: Fórmula láctea infantil padrão para crianças de 6 meses.

Não adicionar açúcar, farinhas, frutas e qualquer outro alimento às fórmulas infantis.

As frutas devem ser amassadas ou raspadas e oferecidas com a colher

A papa deverá ser PENEIRADA e servida na consistência de purê.

Hidratação: oferecer água filtrada ou fervida entre as refeições

Ofertar apenas 1 fruta ao dia.

GABRIEL DOS SANTOS MOURA
 NUTRICIONISTA
 CRN-3 56569

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.



Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira					
	28/04/2025	29/04/2025	30/04/2025							
CARDÁPIO 6 Desjejum 7:30	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1							
CARDÁPIO 7 Colação 10:00	PAPA DE MACARRÃO, CALDO DE FEIJÃO, CARNE MOÍDA, MANDIOQUINHA E ESPINAFRE	PAPA DE ARROZ, FRANGO, CHUCHU E CENOURA	PAPA DE FUBÁ, CALDO DE FEIJÃO, CARNE MOÍDA, CHICÓRIA E ABÓBORA							
CARDÁPIO 8 Almoço 12:00	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1							
CARDÁPIO 9 Lanche da Tarde 14:30	PAPA DE MAÇÃ	PAPA DE PÊRA	PAPA DE BANANA							
CARDÁPIO 10 Jantar 16:00	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1							
	Informação Nutricional (Média Semanal)									
	Energia (kcal)		CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
						A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)
	676,85		83,52	19,09	29,47	706,10	120,55	426,91	6,92	448,99

Fontes: Taco 4ª Edição 2011

Tabela de Composição de Alimentos - Sônia Tucunduva Philippi 4ª Edição 2013

Rótulos de Alimentos

F1: Fórmula láctea infantil padrão para crianças de 6 meses.

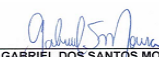
Não adicionar açúcar, farinhas, frutas e qualquer outro alimento às fórmulas infantis.

As frutas devem ser amassadas ou raspadas e oferecidas com a colher

A papa deverá ser PENEIRADA e servida na consistência de purê.

Hidratação: oferecer água filtrada ou fervida entre as refeições

Ofertar apenas 1 fruta ao dia.


GABRIEL DOS SANTOS MOURA
NUTRICIONISTA
CRN-3 56569

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.

CARDÁPIO 11 à 15 - BEBÊS DE 07 à 11 MESES
MERENDA ITU - 1ª semana



Refeição	Segunda-Feira		Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira									
			01/04/2025	02/04/2025	03/04/2025	04/04/2025									
CARDÁPIO 11 Desjejum 7:30			FÓRMULA 2 + MAÇÃ	FÓRMULA 2 + PÊRA	FÓRMULA 2 + MELÃO	FÓRMULA 2 + BANANA									
CARDÁPIO 12 Colação 9:00			SUCO DE MELANCIA	CREME DE ABACATE	SUCO DE MORANGO	SUCO DE LARANJA LIMA COM CENOURA									
CARDÁPIO 13 Almoço 10:00			PAPA DE ARROZ, CALDO DE FEIJÃO, CARNE MOÍDA, INHAME, ABOBRINHA E CENOURA, MAMÃO	PAPA DE FUBÁ, CALDO DE FEIJÃO, FRANGO, ERVILHA TORTA, CARÁ E ABÓBORA PAULISTA, MELANCIA	PAPA DE MACARRÃO, CALDO DE FEIJÃO, CARNE ÍSCAS, BATATA, CHUCHU E CENOURA, BANANA	PAPA DE FUBÁ, OVO, MANDIOCA, ESPINAFRE E ABÓBORA, LARANJA LIMA									
CARDÁPIO 14 Lanche da tarde 13:00			FÓRMULA 2	FÓRMULA 2	FÓRMULA 2	FÓRMULA 2									
CARDÁPIO 15 Jantar 15:00			PAPA DE MACARRÃO, CALDO DE FEIJÃO, FRANGO, ABÓBORA, VAGEM E BATATA, ABACAXI	PAPA DE ARROZ, CARNE ÍSCAS, ESCAROLA, MANDIOCA E CENOURA, BANANA	PAPA DE FUBÁ, CALDO DE FEIJÃO, FÍGADO, ABOBRINHA, INHAME E COUVE PÊRA	PAPA DE MACARRÃO, CARNE ÍSCAS, CARÁ, BROCOLIS E CENOURA, MELÃO									
	Informação Nutricional (Média Semanal)														
	Energia (kcal)		CHO (g)	Proteínas (g)		Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais						
	A (RE)		C (mg)		Ca (mg)	Fe (mg)		Sódio (mg)							
695,73		104,80		23,85		21,37	1.060,65		105,13		458,18	8,25		310,31	

Fontes: TACO 4ª Edição 2011

Tabela de Composição de Alimentos - Sônia Tucunduva Philippi 4ª Edição 2013

Rótulos de Alimentos

*F2: Fórmula láctea infantil padrão para crianças maiores de 6 meses.

*Não adicionar açúcar, farinhas, frutas e qualquer outro alimento às fórmulas infantis.

*As frutas/papas devem ser oferecidas amassadas ou raspadas com a colher (respeitando a individualidade de cada criança)

*As frutas servidas como sobremesa deverão ser picadas, sem cascas e sem sementes e servidas em cumbucas plásticas.

*CONSISTÊNCIAS ADEQUADAS: Ofertar pedaços pequenos para estimular a mastigação (maiores e com denteição), amassadas com o garfo para os menores e/ou que possuem dificuldades de mastigação

*A carne deverá ser desfiada ou picada.

*Hidratação: oferecer água filtrada ou fervida entre as refeições

*A partir 8º mês, alterar gradativamente a consistência de pedaços pequenos até atingir a consistência de uma refeição normal


GABRIEL DOS SANTOS MOURA
NUTRICIONISTA
CRN-3 56569

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.

CARDÁPIO 11 à 15 - BEBÊS DE 07 à 11 MESES
MERENDA ITU - 2ª semana



Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira				
	07/04/2025	08/04/2025	09/04/2025	10/04/2025	11/04/2025				
CARDÁPIO 11 Desjejum 7:30	FÓMULA 2 + MELÃO	FÓRMULA 2 + MAÇÃ	FÓRMULA 2 + BANANA	FÓRMULA 2 + PÊRA	FÓRMULA 2 + MAMÃO				
CARDÁPIO 12 Colação 9:00	SUCO DE MAMÃO	SUCO DE LARANJA LIMA COM BETERRABA	CREME DE ABACATE	SUCO DE MARACUJÁ	BANANA				
CARDÁPIO 13 Almoço 10:00	PAPA DE ARROZ, CALDO DE FEIJÃO, CARNE ÍSCAS, BATATA, CENOURA E CHUCHU, MAÇÃ	PAPA DE MACARRÃO, CALDO DE FEIJÃO, FRANGO, INHAME, ABÓBORA E ABOBRINHA, PÊRA	PAPA DE FUBÁ, CALDO DE FEIJÃO, CARNE MOÍDA, CARÁ, COUVE E ERVILHA TORTA, MELÃO	PAPA DE ARROZ, OVO, MANDIOQUINHA, VAGEM E CENOURA, BANANA	PAPA DE MACARRÃO, FRANGO, BROCOLIS, BATATA DOCE E CHICÓRIA, LARANJA LIMA				
CARDÁPIO 14 Lanche da tarde 13:00	FÓRMULA 2	FÓRMULA 2	FÓRMULA 2	FÓRMULA 2	FÓRMULA 2				
CARDÁPIO 15 Jantar 15:00	PAPA DE FUBÁ, OVO, MANDIOQUINHA, ESPINAFRE E ABÓBORA, LARANJA LIMA	PAPA DE FUBÁ, CARNE ÍSCAS, BATATA, CENOURA E BRÓCOLIS, MAMÃO	PAPA DE ARROZ, FRANGO, ABOBRINHA, INHAME E TOMATE MAÇÃ	PAPA DE MACARRÃO, CALDO DE FEIJÃO, CARNE MOÍDA, ABÓBORA, CARÁ E CHUCHU, MELÃO	PAPA DE FUBÁ, CALDO DE FEIJÃO, CARNE ISCAS, MANDIOCA, CENOURA E ABOBRINHA, PÊRA				
	Informação Nutricional (Média Semanal)								
	Energia (kcal)		CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais	
						A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
									Sódio (mg)
	676,33	104,17	22,36	20,23	1.086,69	114,74	454,22	7,87	312,44

Fontes: TACO 4ª Edição 2011

Tabela de Composição de Alimentos - Sônia Tucunduva Philippi 4ª Edição 2013

Rótulos de Alimentos

*F2: Fórmula láctea infantil padrão para crianças maiores de 6 meses.

*Não adicionar açúcar, farinhas, frutas e qualquer outro alimento às fórmulas infantis.

*As frutas/papas devem ser oferecidas amassadas ou raspadas com a colher (respeitando a individualidade de cada criança)

*As frutas servidas como sobremesa deverão ser picadas, sem cascas e sem sementes e servidas em cumbucas plásticas.

*CONSISTÊNCIAS ADEQUADAS: Ofertar pedaços pequenos para estimular a mastigação (maiores e com denteição), amassadas com o garfo para os menores e/ou que possuem dificuldades de mastigação

*A carne deverá ser desfiada ou picada.

*Hidratação: oferecer água filtrada ou fervida entre as refeições

*A partir 8º mês, alterar gradativamente a consistência de pedaços pequenos até atingir a consistência de uma refeição normal

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.


GABRIEL DOS SANTOS MOURA
NUTRICIONISTA
CRN-3 56569



Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira				
	14/04/2025	15/04/2025	16/04/2025	17/04/2025	18/04/2025				
CARDÁPIO 11 Desjejum 7:30	FÓRMULA 2 + MAMÃO	FÓRMULA 2 + MAÇÃ	FÓRMULA 2 + PÊRA	PONTO FACULTATIVO	FERIADO				
CARDÁPIO 12 Colação 9:00	SUCO DE MELANCIA	SUCO DE MELÃO	BANANA	PONTO FACULTATIVO	FERIADO				
CARDÁPIO 13 Almoço 10:00	PAPA DE ARROZ, CALDO DE FEIJÃO, CARNE ÍSCAS, BATATA, BERINJELA E CENOURA LARANJA LIMA	PAPA FUBÁ, FRANGO, MANDIOCA, ABÓBORA E ABOBRINHA MAMÃO	PAPA DE MACARRÃO, CALDO DE FEIJÃO, CARNE MOÍDA, CENOURA, BATATA DOCE E VAGEM MAÇÃ	PONTO FACULTATIVO	FERIADO				
CARDÁPIO 14 Lanche da tarde 13:00	FÓRMULA 2	FÓRMULA 2	FÓRMULA 2	PONTO FACULTATIVO	FERIADO				
CARDÁPIO 15 Jantar 15:00	PAPA DE FUBÁ, OVO, INHAME, ABÓBORA E CHICÓRIA MELÃO	PAPA DE MACARRÃO, CARNE CUBOS, CALDO DE FEIJÃO, BRÓCOLIS, CHUCHU E CARÁ, MAÇÃ	PAPA DE ARROZ, ISCAS, INHAME, ALMEIRÃO E ABÓBORA, MELANCIA	PONTO FACULTATIVO	FERIADO				
	Informação Nutricional (Média Semanal)								
	Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)
	645,00	99,63	21,49	18,90	850,31	109,25	439,42	7,69	296,36

Fontes: TACO 4ª Edição 2011

Tabela de Composição de Alimentos - Sônia Tucunduva Philippi 4ª Edição 2013

Rótulos de Alimentos

*F2: Fórmula láctea infantil padrão para crianças maiores de 6 meses.

*Não adicionar açúcar, farinhas, frutas e qualquer outro alimento às fórmulas infantis.

*As frutas/papas devem ser oferecidas amassadas ou raspadas com a colher (respeitando a individualidade de cada criança)

*As frutas servidas como sobremesa deverão ser picadas, sem cascas e sem sementes e servidas em cumbucas plásticas.

*CONSISTÊNCIAS ADEQUADAS: Ofertar pedaços pequenos para estimular a mastigação (maiores e com denteição), amassadas com o garfo para os menores e/ou que possuem dificuldades de mastigação

*A carne deverá ser desfiada ou picada.

*Hidratação: oferecer água filtrada ou fervida entre as refeições

*A partir 8º mês, alterar gradativamente a consistência de pedaços pequenos até atingir a consistência de uma refeição normal


GABRIEL DOS SANTOS MOURA
 NUTRICIONISTA
 CRN-3 56569

CARDÁPIO 11 à 15 - BEBÊS DE 07 à 11 MESES
MERENDA ITU - 4ª semana



Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira				
	21/04/2025	22/04/2025	23/04/2025	24/04/2025	25/04/2025				
CARDÁPIO 11 Desjejum 7:30	FERIADO	FÓRMULA 2 + MELÃO	FÓRMULA 2 + BANANA	FÓRMULA 2 + MAMÃO	FÓRMULA 2 + PÊRA				
CARDÁPIO 12 Colação 9:00	FERIADO	CREME DE ABACATE	SUCO DE ACEROLA	BANANA	SUCO DE LARANJA LIMA COM MAMÃO				
CARDÁPIO 13 Almoço 10:00	FERIADO	PAPA DE FUBÁ, CARNE MOÍDA, COUVE, MANDIOQUINHA E ABÓBORA MELANCIA	PAPA DE MACARRÃO, CALDO DE FEIJÃO, CARNE ÍSCAS, ABOBRINHA, INHAME E ESPINAFRE MAMÃO	PAPA DE FUBÁ, CALDO DE FEIJÃO, FRANGO, MANDIOCA, CENOURA E CATALONIA, PÊRA	PAPA DE ARROZ, OVO, ABOBRINHA, BATATA E CENOURA, BANANA				
CARDÁPIO 14 Lanche da tarde 13:00	FERIADO	FÓRMULA 2	FÓRMULA 2	FÓRMULA 2	FÓRMULA 2				
CARDÁPIO 15 Jantar 15:00	FERIADO	PAPA DE MACARRÃO, CALDO DE FEIJÃO, CARNE CUBOS, CENOURA, MANDIOCA E VAGEM, MAÇÃ	PAPA DE ARROZ, FRANGO, BATATA DOCE, CABOTIÃ E COUVE MELÃO	PAPA DE ARROZ, CARNE MOÍDA, CENOURA, ABOBRINHA E ESCAROLA MELANCIA	PAPA DE MACARRÃO, FRANGO, CALDO DE FEIJÃO, CARÁ, CABOTIÃ E ALMEIRÃO MAÇÃ				
	Informação Nutricional (Média Semanal)								
	Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)
	626,20	96,03	21,80	18,30	814,90	161,20	401,50	7,07	280,51

Fontes: TACO 4ª Edição 2011

Tabela de Composição de Alimentos - Sônia Tucunduva Philippi 4ª Edição 2013

Rótulos de Alimentos

*F2: Fórmula láctea infantil padrão para crianças maiores de 6 meses.

*Não adicionar açúcar, farinhas, frutas e qualquer outro alimento às fórmulas infantis.

*As frutas/papas devem ser oferecidas amassadas ou raspadas com a colher (respeitando a individualidade de cada criança)

*As frutas servidas como sobremesa deverão ser picadas, sem cascas e sem sementes e servidas em cumbucas plásticas.

*CONSISTÊNCIAS ADEQUADAS: Ofertar pedaços pequenos para estimular a mastigação (maiores e com denteição), amassadas com o garfo para os menores e/ou que possuem dificuldades de mastigação

*A carne deverá ser desfiada ou picada.

*Hidratação: oferecer água filtrada ou fervida entre as refeições

*A partir 8º mês, alterar gradativamente a consistência de pedaços pequenos até atingir a consistência de uma refeição normal


GABRIEL DOS SANTOS MOURA
NUTRICIONISTA
CRN-3 56569

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.

CARDÁPIO 11 à 15 - BEBÊS DE 07 à 11 MESES
MERENDA ITU - 5ª semana



Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira	
	28/04/2025	29/04/2025	30/04/2025			
CARDÁPIO 11 Desjejum 7:30	FÓRMULA 2 + MAÇÃ	FÓRMULA 2 + PÊRA	FÓRMULA 2 + BANANA			
CARDÁPIO 12 Colação 9:00	SUCO DE MAMÃO	CREME DE ABACATE	SUCO DE MELÃO			
CARDÁPIO 13 Almoço 10:00	PAPA DE MACARRÃO, CALDO DE FEIJÃO, CARNE MOÍDA, CABOTIÃ, MANDIOQUINHA E ESPINAFRE MELÃO	PAPA DE ARROZ, FRANGO, CHUCHU, CARÁ E CENOURA MAMÃO	PAPA DE FUBÁ, CALDO DE FEIJÃO, CARNE MOÍDA, CHICÓRIA, ABÓBORA E INHAME SUCO DE MARACUJÁ COM LARANJA LIMA			
CARDÁPIO 14 Lanche da tarde 13:00	FÓRMULA 2	FÓRMULA 2	FÓRMULA 2			
CARDÁPIO 15 Jantar 15:00	PAPA DE FUBÁ, FÍGADO, INHAME, ABOBRINHA E ABÓBORA LARANJA LIMA	PAPA DE MACARRÃO, CARNE CUBOS, CALDO DE FEIJÃO, CHUCHU, BATATA DOCE E VAGEM MAÇÃ	PAPA DE ARROZ, FRANGO, CENOURA, BATATA E ALMEIRÃO MELANCIA			
	Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas A (RE)C (mg)	Minerais Ca (mg)Fe (mg)Sódio (mg)
	683,81	101,99	94,42	21,43	1.391,06116,06	453,998,04307,27

Fontes: TACO 4ª Edição 2011

Tabela de Composição de Alimentos - Sônia Tucunduva Philippi 4ª Edição 2013

Rótulos de Alimentos

*F2: Fórmula láctea infantil padrão para crianças maiores de 6 meses.

*Não adicionar açúcar, farinhas, frutas e qualquer outro alimento às fórmulas infantis.

*As frutas/papas devem ser oferecidas amassadas ou raspadas com a colher (respeitando a individualidade de cada criança)

*As frutas servidas como sobremesa deverão ser picadas, sem cascas e sem sementes e servidas em cumbucas plásticas.

*CONSISTÊNCIAS ADEQUADAS: Ofertar pedaços pequenos para estimular a mastigação (maiores e com denteição), amassadas com o garfo para os menores e/ou que possuem dificuldades de mastigação

*A carne deverá ser desfiada ou picada.

*Hidratação: oferecer água filtrada ou fervida entre as refeições

*A partir 8º mês, alterar gradativamente a consistência de pedaços pequenos até atingir a consistência de uma refeição normal


GABRIEL DOS SANTOS MOURA
NUTRICIONISTA
CRN-3 56569

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.



CARDÁPIO 16 à 20 - CRIANÇAS DE 01 à 03 ANOS
MERENDA ITU - 1ª semana



Refeição	Segunda-Feira		Terça-Feira		Quarta-Feira		Quinta-Feira		Sexta-feira										
			01/04/2025		02/04/2025		03/04/2025		04/04/2025										
CARDÁPIO 16 Desjejum 7:30			LEITE COM CHOCOLATE 32% PÃO DE CENOURA COM REQUEIJÃO		LEITE COM CHOCOLATE 32% MAMÃO		MINGAU DE AVEIA + BANANA		LEITE COM CHOCOLATE 32% PÃO INTEGRAL COM MARGARINA										
CARDÁPIO 17 Colação 9:00			SUCO DE MELANCIA		CREME DE ABACATE		SUCO DE MORANGO		SUCO DE LARANJA LIMA COM CENOURA										
CARDÁPIO 18 Almoço 10:30			ARROZ, LENTILHA, PERNIL COM BRÓCOLIS, SALADA DE PEPINO COM CENOURA SUCO DE MANGA		ARROZ, FEIJÃO, MACARRÃO AO SUGO, FRANGO ASSADO COM BATATAS SALADA DE LEGUMES BANANA		ARROZ, FEIJÃO, CARNE EM CUBOS COM TOMATE E CENOURA. SALADA DE ALFACE, CAQUI FUYU		ARROZ, FEIJÃO, OVO MEXIDO COM TOMATE E CENOURA E ABOBRINHA SALADA DE FOLHAS MISTAS SUCO DE MAMÃO										
CARDÁPIO 19 Lanche da tarde 13:00			SALADA DE FRUTAS (laranja, maçã e mamão)		SUCO DE UVA PÃO INTEGRAL COM PERNIL AO VINAGRETE		LEITE COM CHOCOLATE 32% MAÇÃ		CHÁ DE CAMOMILA TORTA DE CARNE										
CARDÁPIO 20 Jantar 15:00			SOPA DE MACARRÃO, CALDO DE FEIJÃO, FRANGO, ABÓBORA, VAGEM E BATATA ABACAXI		ARROZ, FEIJÃO, CARNE COM BATATA, SALADA DE ESCAROLA SUCO DE MARACUJÁ		SOPA DE FUBÁ, CALDO DE FEIJÃO, FÍGADO, ABOBRINHA, INHAME E COUVE MELANCIA		SOPA DE MACARRÃO, CARNE ÍSCAS, CARÁ, BROCOLIS E CENOURA MELÃO										
	Informação Nutricional (Média Semanal)																		
	Energia (kcal)		CHO (g)		Proteínas (g)		Gorduras Totais (g)		Vitaminas		Minerais								
									A (RE)		C (mg)		Ca (mg)		Fe (mg)		Sódio (mg)		

Fontes: Taco 4ª Edição 2011

Tabela de Composição de Alimentos - Sônia Tucunduva Philippi 4ª Edição 2013
Rótulos de Alimentos

CONSISTÊNCIAS E ELABORAÇÕES:

- * O feijão deverá ser amassado até 1 ano e 11 meses.
- * As refeições para crianças menores de 2 anos deverão ser amassadas, devendo a consistência ser alterada gradativamente, conforme individualidade da criança
- * Utilizar temperos naturais suaves, como cebola, alho e salsinha.
- * Utilizar pouco sal e pouco óleo.
- * Hidratação: Oferecer água filtrada ou fervida nos intervalos das refeições.

GABRIEL DOS SANTOS MOURA
 NUTRICIONISTA
 CRN-3 56569

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.

CARDÁPIO 16 à 20 - CRIANÇAS DE 01 à 03 ANOS
MERENDA ITU - 2ª semana



Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira				
	07/04/2025	08/04/2025	09/04/2025	10/04/2025	11/04/2025				
CARDÁPIO 16 Desjejum 7:30	MINGAU DE AVEIA + MELÃO	LEITE COM CHOCOLATE 32% PÃO INTEGRAL COM MARGARINA	LEITE COM CHOCOLATE 32% BANANA	LEITE COM CHOCOLATE 32% MAMÃO	LEITE COM CHOCOLATE 32% PÃO DE CENOURA COM REQUEIJÃO				
CARDÁPIO 17 Colação 9:00	ABACAXI	SUCO DE LARANJA COM BETERRABA	CREME DE ABACATE	SUCO DE MARACUJA	BANANA				
CARDÁPIO 18 Almoço 10:30	ARROZ, FEIJÃO, STROGONOFF DE CARNE EM ÍSCAS, BATATA SAUTÉE SALADA DE REPOLHO COM CENOURA RALADA SUCO DE MAÇÃ	ARROZ, FEIJÃO, MACARRÃO A BOLONHESA, LEGUMES REFOGADOS (abobrinha, cenoura e vagem), SALADA DE PEPINO PÊRA	ARROZ, GRÃO DE BICO, CARNE MOIDA COM LEGUMES SALADA DE ALMEIRÃO COM TOMATE MELÃO	ARROZ, FEIJÃO, CARNE DE PANELA, PURÊ DE ABOBORA SALADA DE FOLHAS MISTAS (alface, rucula e acelga), BANANA	ARROZ, FEIJÃO PRETO, PERNIL, COUVE REFOGADA SALADA DE VINAGRETE SUCO DE LARANJA				
CARDÁPIO 19 Lanche da tarde 13:00	SUCO DE GOIABA PÃO DE CENOURA COM PATE DE FRANGO, ALFACE E TOMATE	LEITE COM CHOCOLATE 32% BISCOITO SIMPLES	CHÁ DE HORTELÃ TORTA DE FRANGO	SALADA DE FRUTAS (manga, laranja, pêra)	SUCO DE MANGA PÃO DE CENOURA COM CARNE DESFIADA E CENOURA RALADA				
CARDÁPIO 20 Jantar 15:00	ARROZ, FEIJÃO, OMELETE COM ESPINAFRE E TOMATE SALADA DE ACELGA SUCO DE MARACUJÁ	SOPA DE FUBÁ, CARNE ÍSCAS, BATATA, CENOURA E BRÓCOLIS, MAMÃO	SOPA DE ARROZ, FRANGO, ABOBRINHA, INHAME E TOMATE MAÇÃ	MACARRÃO A BOLONHESA, FEIJÃO, SALADA DE LEGUMES (cenoura e beterraba), SUCO DE MORANGO	SOPA DE FUBÁ, CALDO DE FEIJÃO, CARNE ISCAS, MANDIOCA, CENOURA E ABOBRINHA, MELANCIA				
	Informação Nutricional (Média Semanal)								
	Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)
	861,61	137,24	36,45	19,49	469,87	68,34	326,96	4,43	538,9

Fontes: TACO 4ª Edição 2011

Tabela de Composição de Alimentos - Sônia Tucunduva Philippi 4ª Edição 2013

Rótulos de Alimentos

CONSISTÊNCIAS E ELABORAÇÕES:

* O feijão deverá ser amassado até 1 ano e 11 meses.

* As refeições para crianças menores de 2 anos deverão ser amassadas, devendo a consistência ser alterada gradativamente, conforme individualidade da criança

* Utilizar temperos naturais suaves, como cebola, alho e salsinha.

* Utilizar pouco sal e pouco óleo.

* Hidratação: Oferecer água filtrada ou fervida nos intervalos das refeições.


GABRIEL DOS SANTOS MOURA
 NUTRICIONISTA
 CRN-3 56569

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.

CARDÁPIO 16 à 20 - CRIANÇAS DE 01 à 03 ANOS
MERENDA ITU - 3ª semana



Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira				
	14/04/2025	15/04/2025	16/04/2025	17/04/2025	18/04/2025				
CARDÁPIO 16 Desjejum 7:30	LEITE COM CHOCOLATE 32% MAMÃO	LEITE COM CHOCOLATE 32% PÃO INTEGRAL COM REQUEIJÃO	VITAMINA DE FRUTAS BISCOITO SIMPLES	PONTO FACULTATIVO	FERIADO				
CARDÁPIO 17 Colação 9:00	SUCO DE MELANCIA	SUCO DE MELÃO	BANANA	PONTO FACULTATIVO	FERIADO				
CARDÁPIO 18 Almoço 10:30	ARROZ, FEIJÃO, CARNE DE PANELA COM BATATA SALADA DE ACELGA COM CHEIRO VERDE SUCO DE ABACAXI	ARROZ, FEIJÃO, OVO MEXIDO COM CENOURA, SALADA DE BETERRABA RALADA MAMÃO	ARROZ, FEIJÃO, MACARRÃO COM FRANGO SALADA DE BATATA, CENOURA E CHEIRO VERDE SUCO DE MARACUJÁ COM LARANJA	PONTO FACULTATIVO	FERIADO				
CARDÁPIO 19 Lanche da tarde 13:00	SUCO DE MARACUJÁ PÃO COM FRANGO DESFIADO, TOMATE E ALFACE	SALADA DE FRUTAS (melão, maçã e mamão)	CHA DE CIDREIRA TORTA DE CARNE DOCE DE PÁSCOA	PONTO FACULTATIVO	FERIADO				
CARDÁPIO 20 Jantar 15:00	POLENTA, FEIJÃO, FRANGO, SALADA DE CHICÓRIA MELÃO	SOPA DE MACARRÃO, CARNE CUBOS, CALDO DE FEIJÃO, BRÓCOLIS, CHUCHU E CARÁ, SUCO DE MANGA	SOPA DE ARROZ, ISCAS, INHAME, ALMEIRÃO E ABÓBORA, MELANCIA	PONTO FACULTATIVO	FERIADO				
	Informação Nutricional (Média Semanal)								
	Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)
	797,63	132,13	34,43	15,65	370,32	83,25	275,25	4,55	449,32

Fontes: Taco 4ª Edição 2011

Tabela de Composição de Alimentos - Sônia Tucunduva Philippi 4ª Edição 2013

Rótulos de Alimentos

CONSISTÊNCIAS E ELABORAÇÕES:

- * O feijão deverá ser amassado até 1 ano e 11 meses.
- * As refeições para crianças menores de 2 anos deverão ser amassadas, devendo a consistência ser alterada gradativamente, conforme individualidade da criança.
- * Utilizar temperos naturais suaves, como cebola, alho e salsinha.
- * Utilizar pouco sal e pouco óleo.
- * Hidratação: Oferecer água filtrada ou fervida nos intervalos das refeições.

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.


GABRIEL DOS SANTOS MOURA
 NUTRICIONISTA
 CRN-3 55569

CARDÁPIO 16 à 20 - CRIANÇAS DE 01 à 03 ANOS
MERENDA ITU - 4ª semana



Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira				
	21/04/2025	22/04/2025	23/04/2025	24/04/2025	25/04/2025				
CARDÁPIO 16 Desjejum 7:30	FERIADO	LEITE COM CHOCOLATE 32% PÃO INTEGRAL COM MARGARINA	MINGAU DE AVEIA + BANANA	LEITE COM CHOCOLATE 32% PÃO DE CENOURA COM REQUEIJÃO	LEITE COM CHOCOLATE 32% MAÇÃ				
CARDÁPIO 17 Colação 9:00	FERIADO	CREME DE ABACATE	SUCO DE ACEROLA	BANANA	SUCO DE LARANJA LIMA COM MAMÃO				
CARDÁPIO 18 Almoço 10:30	FERIADO	ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOIDA AO SUGO, PURE DE BATATA, SALADA DE ACELGA COM CHEIRO VERDE MELANCIA	ARROZ, FEIJÃO BRANCO, CARNE DE PANELA, FAROFA DE LEGUMES SALADA DE REPOLHO COM RABANETE SUCO DE ABACAXI	ARROZ, FEIJÃO, MACARRÃO COM ATUM, JARDINEIRA DE LEGUMES (abóbora, abobrinha e chuchu) SALADA DE CATALONIA SUCO DE UVA	ARROZ, FEIJÃO, FRANGO COM BATATAS SALADA DE ALFACE COM CEBOLA, BANANA				
CARDÁPIO 19 Lanche da tarde 13:00	FERIADO	SALADA DE FRUTAS (banana, laranja, pêra)	LEITE COM CHOCOLATE 32% BISCOITO SIMPLES	CHÁ DE CAMOMILA TORTA DE FRANGO	SUCO DE UVA PÃO COM CARNE DESFIADA E CENOURA RALADA				
CARDÁPIO 20 Jantar 15:00	FERIADO	MACARRÃO COM CARNE EM CUBOS AO SUGO COM CENOURA E VAGEM SALADA DE COUVE SUCO DE MAÇÃ	SOPA DE ARROZ, FRANGO, BATATA DOCE, CABOTIÃ E COUVE MELÃO	ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA COM ABOBRINHA, SALADA DE ESCAROLA, SUCO DE MELANCIA	SOPA DE MACARRÃO, FRANGO, CALDO DE FEIJÃO, CARÁ, CABOTIÃ E ALMEIRÃO ABACAXI				
	Informação Nutricional (Média Semanal)								
	Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)
	918,59	158,51	36,21	16,96	563,42	112,27	328,80	4,62	638,07

Fontes: TACO 4ª Edição 2011

Tabela de Composição de Alimentos - Sônia Tucunduva Philippi 4ª Edição 2013

Rótulos de Alimentos

CONSISTÊNCIAS E ELABORAÇÕES:

- * O feijão deverá ser amassado até 1 ano e 11 meses.
- * As refeições para crianças menores de 2 anos deverão ser amassadas, devendo a consistência ser alterada gradativamente, conforme individualidade da criança
- * Utilizar temperos naturais suaves, como cebola, alho e salsinha.
- * Utilizar pouco sal e pouco óleo.
- * Hidratação: Oferecer água filtrada ou fervida nos intervalos das refeições.


GABRIEL DOS SANTOS MOURA
 NUTRICIONISTA
 CRN-3 56569

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.

CARDÁPIO 16 à 20 - CRIANÇAS DE 01 à 03 ANOS
MERENDA ITU - 5ª semana



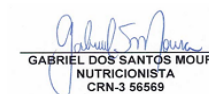
Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira				
	28/04/2025	29/04/2025	30/04/2025						
CARDÁPIO 16 Desjejum 7:30	MINGAU DE AVEIA + MAÇÃ	LEITE COM CHOCOLATE 32% PÃO DE CENOURA COM MARGARINA	VITAMINA DE FRUTAS BISCOITO SIMPLES						
CARDÁPIO 17 Colação 9:00	SUCO DE MAMÃO	CREME DE ABACATE	SUCO DE MELÃO						
CARDÁPIO 18 Almoço 10:30	ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA, ABOBRINHA REFOGADA, SALADA DE ALMEIRÃO COM RABANETE MELÃO	ARROZ, FEIJÃO, POLENTA COM FRANGO AO MOLHO, SALADA DE LEGUMES (cenoura, abobrinha e beterraba), SUCO DE ACEROLA	ARROZ, FEIJÃO, PERNIL COM ABÓBORA, SALADA DE COUVE COM CEBOLA LARANJA						
CARDÁPIO 19 Lanche da tarde 13:00	SUCO DE MORANGO PÃO INTEGRAL COM QUEIJO E TOMATE	CHÁ DE HORTELÃ TORTA DE CARNE	LEITE COM CHOCOLATE 32% MAMÃO						
CARDÁPIO 20 Jantar 15:00	SOPA DE FUBÁ, FRANGO, INHAME, ABOBRINHA E ABÓBORA LARANJA	ARROZ, FEIJÃO, CARNE COM BATATA, VAGEM E CENOURA, SALADA DE ALFACE, SUCO DE MARACUJA	SOPA DE ARROZ, FRANGO, CENOURA, BATATA E ALMEIRÃO MELANCIA						
	Informação Nutricional (Média Semanal)								
	Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)
	923,11	154,27	37,76	18,33	504,67	167,04	418,20	4,35	701,19

Fontes: TACO 4ª Edição 2011

Tabela de Composição de Alimentos - Sônia Tucunduva Philippi 4ª Edição 2013
Rótulos de Alimentos

CONSISTÊNCIAS E ELABORAÇÕES:

- * O feijão deverá ser amassado até 1 ano e 11 meses.
- * As refeições para crianças menores de 2 anos deverão ser amassadas, devendo a consistência ser alterada gradativamente, conforme individualidade da criança.
- * Utilizar temperos naturais suaves, como cebola, alho e salsinha.
- * Utilizar pouco sal e pouco óleo.
- * Hidratação: Oferecer água filtrada ou fervida nos intervalos das refeições.


GABRIEL DOS SANTOS MOURA
 NUTRICIONISTA
 CRN-3 56569

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.

Segunda-Feira		Terça-Feira	01/04/2025	Quarta-Feira	2/4/2025	Quinta-Feira	3/4/2025	Sexta-Feira	4/4/2025
		SOPA DE MACARRÃO, CALDO DE FEIJÃO, FRANGO, ABÓBORA, VAGEM E BATATA, ABACAXI		ARROZ, FEIJÃO, CARNE COM BATATA, SALADA DE ESCAROLA, SUCO DE MARACUJÁ		SOPA DE FUBÁ, CALDO DE FEIJÃO, FÍGADO, ABOBRINHA, MANDIOCA E COUVE MELANCIA		SOPA DE MACARRÃO, CARNE ÍSCAS, CARÁ, BROCOLIS E CENOURA MELÃO	
Informação Nutricional (Média Semanal)									
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)		Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)
295,24	54,44	13,58		3,06	749,45	21,98	46,08	2,45	187,93
Segunda-Feira		Terça-feira		Quarta-Feira		Quinta-feira		Sexta-Feira	
7/4/2025		8/4/2025		9/4/2025		10/4/2025		11/4/2025	
ARROZ, FEIJÃO, OMELETE COM ESPINAFRE E TOMATE SALADA DE ACELGA SUCO DE MARACUJÁ		SOPA DE FUBÁ, CARNE ÍSCAS, BATATA, CENOURA E BRÓCOLIS, MAMÃO		SOPA DE ARROZ, FRANGO, ABOBRINHA, INHAME E TOMATE MAÇÃ		MACARRÃO A BOLONHESA, FEIJÃO, SALADA DE LEGUMES (cenoura e beterraba), SUCO DE MORANGO		SOPA DE FUBÁ, CALDO DE FEIJÃO, CARNE ISCAS, MANDIOCA, CENOURA E ABOBRINHA, MELANCIA	
Informação Nutricional (Média Semanal)									
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)		Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)
272,89	48,70	12,41		3,52	155,90	19,71	38,48	1,83	136,07
Segunda-Feira		Terça-feira		Quarta-Feira		Quinta-feira		Sexta-Feira	
14/04/2025		15/04/2025		16/04/2025		17/04/2025		18/04/2025	
POLENTA, FEIJÃO, FRANGO, SALADA DE CHICÓRIA MELÃO		SOPA DE MACARRÃO, CARNE CUBOS, CALDO DE FEIJÃO, BRÓCOLIS, CHUCHU E CARÁ, SUCO DE MANGA		SOPA DE ARROZ, ISCAS, INHAME, ALMEIRÃO E ABÓBORA, DOCE DE PÁSCOA		PONTO FACULTATIVO		FERIADO	
Informação Nutricional (Média Semanal)									
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)		Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)
258,53	44,80	12,40		3,53	82,77	8,94	29,25	1,72	70,57
Segunda-Feira		Terça-feira		Quarta-Feira		Quinta-feira		Sexta-Feira	
21/04/2025		22/04/2025		23/04/2025		24/04/2025		25/04/2025	
FERIADO		MACARRÃO COM CARNE EM CUBOS AO SUGO COM CENOURA E VAGEM SALADA DE COUVE SUCO DE MAÇÃ		SOPA DE ARROZ, FRANGO, BATATA DOCE, CABOTIÃ E COUVE MELÃO		ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA COM ABOBRINHA, SALADA DE ESCAROLA, SUCO DE MELANCIA		SOPA DE MACARRÃO, FRANGO, CALDO DE FEIJÃO, CARÁ, MANDIOCA E ALMEIRÃO ABACAXI	
Informação Nutricional (Média Semanal)									
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)		Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)
276,91	50,94	12,57		2,78	278,95	21,18	41,93	1,57	140
Segunda-Feira		Terça-feira		Quarta-Feira		Quinta-feira		Sexta-Feira	
28/04/2025		29/04/2025		30/04/2025		01/05/2025		02/05/2025	
SOPA DE FUBÁ, FRANGO, INHAME, ABOBRINHA E ABÓBORA SUCO DE LARANJA		ARROZ, FEIJÃO, CARNE COM BATATA, VAGEM E CENOURA, SALADA DE ALFACE, SUCO DE MARACUJA		CONSELHO DE CLASSE					
Informação Nutricional (Média Semanal)									
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)		Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)
276,85	50,95	12,02		3,18	104,90	27,18	31,86	1,52	65,1

Fontes: Taco 4ª Edição 2011

Tabela de Composição de Alimentos - Sônia Tucunduva Philippi 4ª Edição 2013

Rótulos de Alimentos


GABRIEL DOS SANTOS MOURA
NUTRICIONISTA
CRN-3 56569

Segunda-Feira		Terça-Feira		01/04/2025		Quarta-Feira		2/4/2025		Quinta-Feira		3/4/2025		Sexta-feira		4/4/2025			
		ARROZ, PERNIL COM BRÓCOLIS, SALADA DE PEPINO COM CENOURA SUCO DE MELANCIA				MACARRÃO AO SUGO, FRANGO ASSADO COM BATATAS SALADA DE LEGUMES BANANA				ARROZ, CARNE EM CUBOS COM TOMATE E CENOURA. SALADA DE ALFACE, CAQUI FUYU				ARROZ, FEIJÃO, OVO MEXIDO COM TOMATE E CENOURA E ABOBRINHA SALADA DE FOLHAS MISTAS SUCO DE MAMÃO					
Informação Nutricional (Média Semanal)																			
Energia (kcal)		CHO (g)		Proteínas (g)		Gorduras Totais (g)		Vitaminas		C (mg)		Ca (mg)		Minerais		Fe (mg)		Sódio (mg)	
234,36		39,72		10,92		3,89		183,64		25,74		37,31		1,36		275,58			
Segunda-Feira		7/4/2025		Terça-feira		8/4/2025		Quarta-Feira		9/4/2025		Quinta-feira		10/4/2025		Sexta-Feira		11/4/2025	
ARROZ, STROGONOFF DE CARNE EM ÍSCAS, BATATA SAUTÉE SALADA DE REPOLHO COM CENOURA RALADA SUCO DE MAÇÃ				MACARRÃO A BOLONHESA, LEGUMES REFOGADOS (abobrinha, cenoura e vagem), MAMÃO				ARROZ, CARNE MOIDA COM LEGUMES SALADA DE ALMEIRÃO COM TOMATE SUCO DE ACEROLA				ARROZ, FEIJÃO, CARNE DE PANELA, PURÊ DE ABOBORA BANANA				ARROZ, FEIJÃO PRETO, PERNIL, COUVE REFOGADA SALADA DE VINAGRETE LARANJA			
Informação Nutricional (Média Semanal)																			
Energia (kcal)		CHO (g)		Proteínas (g)		Gorduras Totais (g)		Vitaminas		C (mg)		Ca (mg)		Minerais		Fe (mg)		Sódio (mg)	
260,48		46,88		11,75		3,04		171,24		78,41		35,34		1,33		128,07			
Segunda-Feira		14/04/2025		Terça-feira		15/04/2025		Quarta-Feira		16/04/2025		Quinta-feira		17/04/2025		Sexta-Feira		18/04/2025	
ARROZ, CARNE DE PANELA COM BATATA SALADA DE ACELGA COM CHEIRO VERDE SUCO DE ABACAXI				ARROZ, FEIJÃO, OVO MEXIDO COM CENOURA SALADA DE BETERRABA RALADA MAÇÃ				MACARRÃO COM FRANGO SALADA DE BATATA, CENOURA E CHEIRO VERDE DOCE DE PÁSCOA				PONTO FACULTATIVO				FERIADO			
Informação Nutricional (Média Semanal)																			
Energia (kcal)		CHO (g)		Proteínas (g)		Gorduras Totais (g)		Vitaminas		C (mg)		Ca (mg)		Minerais		Fe (mg)		Sódio (mg)	
257,00		43,44		11,26		4,24		92,08		12,90		30,32		1,34		90,39			
Segunda-Feira		21/04/2025		Terça-feira		22/04/2025		Quarta-Feira		23/04/2025		Quinta-feira		24/04/2025		Sexta-Feira		25/04/2025	
FERIADO				ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOIDA AO SUGO, PURE DE BATATA, SALADA DE ACELGA COM CHEIRO VERDE MELANCIA				ARROZ, CARNE DE PANELA, FAROFA DE LEGUMES, SALADA DE REPOLHO COM RABANETE ABACAXI				MACARRÃO COM ATUM, JARDINEIRA DE LEGUMES (abóbora, abobrinha e chuchu) SALADA DE CATALONIA SUCO DE UVA				ARROZ, FRANGO COM BATATAS, SALADA DE ALFACE COM CEBOLA BANANA			
Informação Nutricional (Média Semanal)																			
Energia (kcal)		CHO (g)		Proteínas (g)		Gorduras Totais (g)		Vitaminas		C (mg)		Ca (mg)		Minerais		Fe (mg)		Sódio (mg)	
279,11		50,99		12,56		3,80		87,48		15,10		32,89		1,59		164,66			
Segunda-Feira		28/04/2025		Terça-Feira		29/04/2025		Quarta-Feira		30/04/2025		Quinta-Feira				Sexta-Feira			
ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA, ABOBRINHA REFOGADA, SALADA DE ALMEIRÃO COM RABANETE MELÃO				POLENTA COM FRANGO AO MOLHO, SALADA DE LEGUMES (cenoura, abobrinha e beterraba) SUCO DE ACEROLA				CONSELHO DE CLASSE											
Informação Nutricional (Média Semanal)																			
Energia (kcal)		CHO (g)		Proteínas (g)		Gorduras Totais (g)		Vitaminas		C (mg)		Ca (mg)		Minerais		Fe (mg)		Sódio (mg)	
261,63		46,17		13,26		3,01		237,20		130,17		183,44		1,34		353,55			