

CARDÁPIO PERÍODO PARCIAL



6 a 10 anos

Julho / 2024

SEMANA 2		SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
		29/07/2024	30/07/2024	31/07/2024	01/08/2024	02/08/2024
		5 unidades biscoito tipo rosquinha sabor chocolate	5 unidades biscoito tipo rosquinha sabor coco	1 unidade média de banana (110g)	5 unidades biscoito tipo cream cracker	1 unidade média de maçã (115g)
	CAFÉ DA MANHÃ	150 ml de leite com cacau e açúcar (150ml de leite em pó + 1,5g de cacau em pó + 3g de açúcar)	150 ml de leite com cacau e açúcar (150ml de leite em pó + 1,5g de cacau em pó + 3g de açúcar)	150 ml de leite com cacau e açúcar (150ml de leite em pó + 1,5g de cacau em pó + 3g de açúcar)	150 ml de leite com cacau e açúcar (150ml de leite em pó + 1,5g de cacau em pó + 3g de açúcar)	150 ml de leite com cacau e açúcar (150ml de leite em pó + 1,5g de cacau em pó + 3g de açúcar)
MANHÃ		80g arroz com carne suína em cubos (50g arroz branco com 20g de carne suína em cubos e 10g cenoura)	110g de Arroz Primavera (50g arroz branco com 25g de carne suína flocada, 10g de cenoura, 8g de brócolis, 8g de vagem e 8g de milho)	Pão com carne moída mista* (1 unidade de pão francês (50g), 35g de carne moída mista, 15g de cenoura e 20g molho de tomate)	95g arroz com carne moída mista* e cenoura (60g de arroz branco com 30g de carne moída mista e 5g cenoura)	140g de macarrão ao molho rosê (90g de macarrão parafuso cozido, 15g cenoura ralada e 15g molho de tomate e 20g de molho branco)
	LANCHE I			1 unidade média de banana (110g)	50g de feijão carioca	
			1 unidade média de maçã (115g)		1 unidade média de maçã (115g)	
	LANCHE I	5 unidades biscoito tipo maisena	1 unidade média de maçã (115g)	1 unidade média de banana (110g)	1 unidade média de maçã (115g)	5 unidades biscoito tipo maisena
TARDE	LANCHE II	80g arroz com carne suína em cubos (50g arroz branco com 20g de carne suína em cubos e 10g cenoura)	110g de Arroz Primavera (50g arroz branco com 25g de carne suína flocada, 10g de cenoura, 8g de brócolis, 8g de vagem e 8g de milho) 65g de arroz com cenoura (60g de arroz branco com 5g de cenoura)	Pão com carne moída mista* (1 unidade de pão francês (50g), 35g de carne moída mista, 15g de cenoura e 20g molho de tomate)	95g arroz com carne moída mista* e cenoura (60g de arroz branco com 30g de carne moída mista e 5g cenoura) 50g de feijão carioca	140g de macarrão ao molho rosê (90g de macarrão parafuso cozido, 15g cenoura ralada e 15g molho de tomate e 20g de molho branco)
	Ohsarv	ação: o cardánio só noderá ser mod	ificado com autorização prévia, por e-	mail nele seter de nutricão		

Observação: o cardápio só poderá ser modificado com autorização prévia, por e-mail, pelo setor de nutrição

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL)

MANHÃ									
SEMANA	ENERGIA (KCAL)	CARBOIDRATOS (55 a 65 % do VET)		PROTEÍNAS (10 a 15 % do VET)		LIPÍDIOS (25 a 35 % do VET)		SÓDIO (mg)	
Semana 1	A COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL NÃO FOI CALCULADA. PARA O CÁLCULO É NECESSÁRIO UMA SEMANA COMPLETA.								
Semana 2 29/07/24 à 02/08/24	381,46 kcal	57,24 g	60,02 %	14,26 g	14,96 %	11,56 g	27,27 %	519,88 mg	
Semana 3									
Semana 4	A COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL NÃO FOI CALCULADA. PARA O CÁLCULO É NECESSÁRIO UMA SEMANA COMPLETA.								
Semana 5							,	,	

TARDE									
SEMANA	ENERGIA CARBOIDRATOS (KCAL) (55 a 65 % do VET)		PROTEÍNAS (10 a 15 % do VET)		LIPÍDIOS (25 a 35 % do VET)		SÓDIO (mg)		
Semana 1	A COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL NÃO FOI CALCULADA. PARA O CÁLCULO É NECESSÁRIO UMA SEMANA COMPLETA.								
Semana 2 29/07/24 à 02/08/24	231,34 kcal	37,54 g	64,91 %	8,72 g	15,08 %	5,41 g	21,03 %	500,01 mg	
Semana 3									
Semana 4	A COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL NÃO FOI CALCULADA. PARA O CÁLCULO É NECESSÁRIO UMA SEMANA COMPLETA.								
Semana 5									