

CARDÁPIO DEZEMBRO 2025

EDUCAÇÃO INFANTIL – CRECHE – 0 A 3 ANOS

CÁLCULO NUTRICIONAL

Secretaria Municipal de Educação de Itatiba-SP
Programa Nacional de Alimentação Escolar – PNAE

P R I M E I R A S E M A N A	Composição Nutricional		Energia (Kcal)	Proteína(g)	Carboid. (g)	Lipídio (g)	Fibras (g)	Vitam. A(mcg)	Vitam. C(mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Magn. (mg)	Zinco (mg)
	6 a 7m	2ºf	818,34	18,64	108,30	36,97	9,67	916,83	100,49	342,47	6,39	72,34	7,21
		3ºf	751,54	20,68	92,11	35,53	9,97	899,78	96,31	340,12	6,22	80,34	6,02
		4ºf	755,24	18,81	94,88	35,30	9,20	870,88	169,14	348,12	5,95	86,94	5,12
		5ºf	739,54	19,88	89,40	35,57	9,96	759,56	93,25	346,97	6,12	83,67	6,52
		6ºf	827,84	20,26	112,95	35,29	10,71	758,58	96,84	327,17	6,04	81,79	7,25
	acima de 8 meses	2ºf	686,45	25,81	112,04	17,06	11,15	655,93	26,53	251,85	2,92	54,95	5,05
		3ºf	832,99	31,02	96,82	37,15	9,09	617,28	96,84	309,73	3,56	71,69	2,91
		4ºf	1034,29	35,63	138,19	39,27	13,00	475,41	25,53	395,67	3,65	103,19	3,90
		5ºf	985,99	33,00	140,97	35,30	15,73	492,96	26,21	357,87	3,54	106,11	5,86
		6ºf	813,99	28,17	110,50	31,13	11,32	705,33	58,14	257,47	3,63	65,29	5,46
S E G U N D A S E M A N A	Composição Nutricional		Energia (Kcal)	Proteína(g)	Carboid. (g)	Lipídio (g)	Fibras (g)	Vitam. A(mcg)	Vitam. C(mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Magn. (mg)	Zinco (mg)
	6 a 7m	2ºf	791,40	19,53	95,10	38,57	10,40	843,86	92,59	367,02	6,52	84,76	5,99
		3ºf	722,04	20,10	84,36	35,58	8,52	920,26	174,88	366,67	6,20	100,99	5,96
		4ºf	737,89	18,10	92,13	34,76	7,73	792,01	101,93	324,12	5,90	73,94	5,06
		5ºf	749,04	20,52	91,19	35,63	8,88	867,28	107,56	331,47	6,24	76,41	6,22
		6ºf	811,79	19,47	109,35	35,29	9,47	849,68	101,32	327,68	6,03	74,29	7,03
	acima de 8 meses	2ºf	780,64	26,34	96,15	34,17	12,89	472,63	21,26	275,07	3,48	65,79	3,09
		3ºf	872,79	31,20	120,45	32,74	13,06	877,28	151,31	301,63	4,32	97,14	4,27
		4ºf	899,64	32,00	114,99	22,67	9,05	928,41	36,98	164,52	4,04	67,44	2,45
		5ºf	827,74	30,66	108,42	32,64	13,76	962,18	155,89	337,32	3,15	107,04	3,44
		6ºf	1.192,84	43,53	149,65	49,17	10,48	664,58	23,66	737,38	3,91	125,14	6,70
T E R C E I R A S E M A N A	Composição Nutricional		Energia (Kcal)	Proteína(g)	Carboid. (g)	Lipídio (g)	Fibras (g)	Vitam. A(mcg)	Vitam. C(mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Magn. (mg)	Zinco (mg)
	6 a 7m	2ºf	823,09	18,46	109,73	36,91	9,54	777,93	97,73	336,47	6,38	72,54	7,18
		3ºf	770,99	18,91	98,64	35,30	9,89	919,88	173,65	351,62	5,93	87,46	5,32
		4ºf	760,04	19,94	95,46	35,52	9,42	895,78	170,11	348,17	6,21	82,09	5,90
		5ºf	790,99	19,91	103,14	35,30	8,99	787,88	107,35	330,62	6,13	77,26	7,32
		6ºf	807,64	21,43	106,51	35,68	10,29	960,86	173,32	363,58	6,49	98,49	7,95
	acima de 8 meses	2ºf	787,74	28,13	97,73	34,07	10,79	627,63	45,87	306,37	3,74	81,34	3,61
		3ºf	863,34	34,98	122,49	27,99	12,21	585,83	34,63	421,37	3,43	100,64	3,88
		4ºf	890,29	31,97	109,75	37,21	11,70	552,66	101,57	326,47	3,40	66,94	2,99
		5ºf	908,84	32,85	128,46	32,81	14,65	733,96	80,50	335,52	4,14	88,36	7,38
		6ºf	1.056,69	38,96	136,19	41,83	14,92	1.109,53	38,90	463,68	4,07	117,54	4,22
Q U A R T A S E M A N A	Composição Nutricional		Energia (Kcal)	Proteína(g)	Carboid. (g)	Lipídio (g)	Fibras (g)	Vitam. A(mcg)	Vitam. C(mg)	5/10 (mg)	Ferro (mg)	Magn. (mg)	Zinco (mg)
	6 a 7m	2ºf	753,69	17,84	91,69	36,85	7,97	813,73	98,85	339,27	6,30	74,64	5,29
		3ºf	747,04	19,52	91,73	35,28	9,81	833,48	96,06	339,77	5,93	85,59	5,25
		4ºf	800,49	19,9	105,77	35,38	9,91	865,08	178,66	350,28	6,13	89,09	7,13
		5ºf	806,94	21,4	106,25	35,73	10,15	690,98	56,24	198,77	4,11	51,59	3,89
		6ºf	801,74	19,75	105,28	35,85	9,69	2146,08	53,30	186,57	5,03	47,09	5,55
	acima de 8 meses	2ºf	810,44	28,12	106,26	33,33	14,01	1184,68	111,66	322,97	3,98	83,94	3,37
		3ºf	947,19	36,11	113,66	39,97	11,31	450,88	23,96	404,22	3,66	92,84	3,73
		4ºf	751,04	27,14	86,61	33,81	10,45	457,81	21,84	260,72	2,92	57,29	2,87
		5ºf	833,25	30,65	107,42	33,19	11,55	655,41	41,31	302,53	3,16	88,31	3,82
		6ºf	887,51	31,27	128,85	29,30	22,28	2599,53	158,26	190,59	4,76	85,30	5,49
Q U I N T A S E M A N A	Composição Nutricional		Energia (Kcal)	Proteína(g)	Carboid. (g)	Lipídio (g)	Fibras (g)	Vitam. A(mcg)	Vitam. C(mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Magn. (mg)	Zinco (mg)
	6 a 7m	2ºf											
		3ºf											
		4ºf											
		5ºf											
		6ºf											
	acima de 8 meses	2ºf											
		3ºf											
		4ºf											
		5ºf											
		6ºf											


Kárem Miyuki Bando
CRM - 4873
Nutricionista