

CARDÁPIO MARÇO 2026

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

EDUCAÇÃO INFANTIL – CRECHE – 0 A 3 ANOS

CÁLCULO NUTRICIONAL

| 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) | |
|--------------------------------------|----------------------------|------------------------|----------------|-------------|-------------|------------|-----------|---------------|--------------|------------|-----------|-----------|-----------|------|
| | | 5 a 7m | 2ºf | 605,65 | 16,37 | 66,79 | 30,82 | 5,94 | 735,05 | 83,71 | 325,95 | 5,76 | 65,00 | 5,14 |
| | | 3ºf | 686,40 | 18,49 | 91,07 | 29,15 | 8,62 | 642,00 | 98,13 | 330,25 | 5,87 | 78,35 | 5,06 | |
| | | 4ºf | 730,75 | 20,43 | 100,74 | 29,50 | 7,70 | 806,10 | 101,64 | 321,75 | 6,15 | 75,95 | 7,80 | |
| | | 5ºf | 722,55 | 19,21 | 99,85 | 29,80 | 9,70 | 678,03 | 91,73 | 315,20 | 6,61 | 70,30 | 5,73 | |
| | | 6ºf | 662,50 | 18,4 | 84,57 | 29,21 | 7,71 | 790,4 | 162,76 | 329,45 | 5,54 | 81,25 | 5,01 | |
| | | acima de 8 meses | 2ºf | 774,45 | 28,10 | 94,39 | 33,20 | 10,06 | 668,43 | 97,34 | 282,60 | 3,30 | 78,70 | 3,21 |
| | | | 3ºf | 772,35 | 28,05 | 99,81 | 31,32 | 10,33 | 428,55 | 27,56 | 274,55 | 3,04 | 75,05 | 2,84 |
| | | | 4ºf | 851,60 | 30,71 | 118,34 | 31,17 | 12,27 | 870,35 | 81,65 | 310,21 | 3,39 | 83,10 | 5,87 |
| | | | 5ºf | 795,85 | 27,32 | 101,32 | 33,35 | 12,17 | 388,96 | 19,04 | 276,60 | 3,03 | 74,40 | 2,84 |
| | | | 6ºf | 785,10 | 28,79 | 101,78 | 31,23 | 9,86 | 655,45 | 40,99 | 270,55 | 3,15 | 80,70 | 3,59 |
| 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) | |
| | | 5 a 7m | 2ºf | 710,55 | 16,68 | 95,39 | 30,84 | 9,91 | 725,65 | 90,29 | 324,50 | 5,85 | 68,75 | 5,16 |
| | | | 3ºf | 650,85 | 19,38 | 80,64 | 29,47 | 7,13 | 778,63 | 140,26 | 327,70 | 5,99 | 75,80 | 5,88 |
| | | | 4ºf | 671,25 | 17,78 | 88,64 | 28,83 | 8,99 | 712,20 | 102,85 | 322,50 | 5,67 | 76,00 | 5,08 |
| | | | 5ºf | 747,90 | 20,50 | 105,18 | 29,68 | 9,98 | 774,70 | 101,38 | 319,05 | 6,09 | 69,97 | 8,03 |
| | | | 6ºf | 743,40 | 19,01 | 105,87 | 29,23 | 8,96 | 748,20 | 94,56 | 317,50 | 5,81 | 72,10 | 6,97 |
| | | acima de 8 meses | 2ºf | 801,55 | 30,13 | 90,93 | 36,92 | 10,40 | 634,70 | 93,85 | 477,70 | 3,30 | 95,35 | 3,51 |
| | | | 3ºf | 823,75 | 30,16 | 110,61 | 31,59 | 10,11 | 629,98 | 76,20 | 270,35 | 3,95 | 81,85 | 3,62 |
| | | | 4ºf | 908,33 | 31,19 | 123,17 | 21,56 | 10,14 | 559,23 | 28,53 | 197,50 | 3,22 | 52,10 | 4,45 |
| | | | 5ºf | 929,81 | 43,27 | 130,35 | 37,28 | 19,44 | 875,56 | 156,65 | 357,00 | 5,52 | 114,16 | 6,41 |
| | | | 6ºf | 865,36 | 28,19 | 124,33 | 30,88 | 10,76 | 399,63 | 24,06 | 282,16 | 3,08 | 75,16 | 4,95 |
| 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) | |
| | | 5 a 7m | 2ºf | 719,95 | 16,94 | 97,62 | 30,86 | 10,14 | 659,35 | 91,24 | 329,05 | 5,93 | 72,50 | 5,19 |
| | | | 3ºf | 696,11 | 19,27 | 89,51 | 30,15 | 8,02 | 694,17 | 93,56 | 330,54 | 5,97 | 82,98 | 5,32 |
| | | | 4ºf | 695,90 | 19,22 | 93,15 | 29,47 | 8,92 | 791,20 | 166,73 | 335,75 | 5,96 | 78,85 | 5,81 |
| | | | 5ºf | 701,85 | 18,79 | 93,93 | 29,45 | 10,19 | 933,30 | 175,77 | 345,20 | 5,68 | 89,22 | 5,33 |
| | | | 6ºf | 790,50 | 21,31 | 116,40 | 29,63 | 9,89 | 722,28 | 97,34 | 329,16 | 6,34 | 81,05 | 9,76 |
| | | acima de 8 meses | 2ºf | 929,00 | 33,29 | 113,38 | 39,75 | 13,54 | 405,80 | 16,84 | 410,20 | 3,79 | 91,65 | 3,61 |
| | | | 3ºf | 785,06 | 32,08 | 111,21 | 25,06 | 11,15 | 484,33 | 24,38 | 336,20 | 3,36 | 91,19 | 4,07 |
| | | | 4ºf | 789,60 | 28,77 | 97,78 | 33,22 | 11,45 | 707,18 | 95,47 | 292,65 | 3,44 | 66,30 | 2,88 |
| | | | 5ºf | 828,15 | 31,53 | 109,58 | 31,91 | 14,47 | 818,53 | 73,24 | 335,45 | 3,70 | 86,02 | 5,37 |
| | | | 6ºf | 773,85 | 27,08 | 102,62 | 30,09 | 8,93 | 488,90 | 24,97 | 255,91 | 2,93 | 74,05 | 3,93 |
| 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 | Ferro(mg) | Magn.(mg) | Zinco(mg) | |
| | | 5 a 7m | 2ºf | 689,55 | 17,12 | 89,38 | 30,8 | 7,47 | 709,15 | 95,46 | 326,85 | 6,05 | 71,4 | 5,2 |
| | | | 3ºf | 677,7 | 20,1 | 87,02 | 29,47 | 8,11 | 876,9 | 168,38 | 343,55 | 6,06 | 87,55 | 5,92 |
| | | | 4ºf | 742,35 | 19,28 | 104,66 | 29,43 | 9,71 | 730,5 | 104,68 | 320,86 | 5,78 | 75,85 | 7,04 |
| | | | 5ºf | 680,7 | 19,31 | 88,84 | 29,45 | 8,76 | 376,2 | 55,15 | 173,5 | 3,91 | 44,7 | 3,76 |
| | | | 6ºf | 746,65 | 18,64 | 105,91 | 29,71 | 8,83 | 2118,60 | 52,60 | 176,85 | 4,49 | 41,25 | 3,47 |
| | | acima de 8 meses | 2ºf | 775,45 | 25,42 | 101,13 | 31,69 | 10,45 | 854,58 | 97,83 | 273,50 | 3,10 | 69,85 | 3,10 |
| | | | 3ºf | 923,06 | 41,60 | 119,66 | 29,58 | 18,57 | 478,68 | 21,51 | 357,50 | 3,66 | 99,51 | 3,58 |
| | | | 4ºf | 945,78 | 36,85 | 115,73 | 35,83 | 19,42 | 585,76 | 30,70 | 361,40 | 3,00 | 73,50 | 3,26 |
| | | | 5ºf | 796,15 | 30,02 | 104,54 | 31,68 | 10,47 | 461,35 | 53,48 | 264,25 | 3,41 | 58,90 | 6,03 |
| | | | 6ºf | 774,12 | 27,44 | 105,18 | 27,46 | 17,69 | 2281,30 | 28,81 | 115,02 | 4,28 | 72,33 | 4,48 |
| 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) | |
| | | 5 a 7m | 2ºf | 751,85 | 17,76 | 105,53 | 30,89 | 8,96 | 721,15 | 92,34 | 324,60 | 6,13 | 67,50 | 7,09 |
| | | | 3ºf | 677,70 | 20,10 | 87,02 | 29,47 | 8,11 | 876,90 | 168,38 | 343,55 | 6,06 | 87,55 | 5,92 |
| | | | 4ºf | | | | | | | | | | | |
| | | | 5ºf | | | | | | | | | | | |
| | | | 6ºf | | | | | | | | | | | |
| | | acima de 8 meses | 2ºf | 821,20 | 29,10 | 101,08 | 35,29 | 10,34 | 472,75 | 29,38 | 365,25 | 3,65 | 74,46 | 3,78 |
| | | | 3ºf | 946,66 | 38,24 | 114,26 | 36,16 | 17,58 | 468,31 | 17,78 | 298,90 | 3,47 | 85,21 | 3,27 |
| | | | 4ºf | | | | | | | | | | | |
| | | | 5ºf | | | | | | | | | | | |
| | | | 6ºf | | | | | | | | | | | |


Karem Miyuki Bando
CRN - 4873
Nutricionista