

## **CARDÁPIO 4 APAE**

### DESJEJUM

Referências Nutricionais: Taco 4ª edição 2011 e Tabela de composição de alimentos - Sônia Tucunduva 4ªedição 2013

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA 01/06/2026	TERÇA-FEIRA 02/06/2026	QUARTA-FEIRA 03/06/2026	QUINTA-FEIRA 04/06/2026	SEXTA-FEIRA 05/06/2026
DESJEJUM	SUCO DE MANGA BISCOITO MAISENA	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO COM MARGARINA	SUCO DE LARANJA PÃO COM MARGARINA	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
<b>COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL SEMANAL (MÉDIA SEMANAL)</b>					
<b>Energia (Kcal)</b>		<b>Carboidratos (g)</b>	<b>Proteínas (g)</b>	<b>Gorduras Totais (g)</b>	<b>Fibras (g)</b>
282		41	12	7	3,2
<b>VITAMINAS</b>			<b>MINERAIS</b>		
<b>Vitamina A</b>	<b>Vitamina C (mg)</b>	<b>Cálcio (mg)</b>		<b>Ferro (mg)</b>	
99	7,4	206		3,8	

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA 08/06/2026	TERÇA-FEIRA 09/06/2026	QUARTA-FEIRA 10/06/2026	QUINTA-FEIRA 11/06/2026	SEXTA-FEIRA 12/06/2026
DESJEJUM	SUCO DE LARANJA BISCOITO CREAM CRACKER	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO COM MARGARINA	SUCO DE MANGA PÃO COM MARGARINA	SUCO DE LARANJA PÃO COM MARGARINA	CAFÉ COM LEITE BISCOITO MAISENA
<b>COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL SEMANAL (MÉDIA SEMANAL)</b>					
<b>Energia (Kcal)</b>		<b>Carboidratos (g)</b>	<b>Proteínas (g)</b>	<b>Gorduras Totais (g)</b>	<b>Fibras (g)</b>
283,01		44,18	7,34	8,11	0,93
<b>VITAMINAS</b>			<b>MINERAIS</b>		
<b>Vitamina A</b>	<b>Vitamina C (mg)</b>	<b>Cálcio (mg)</b>		<b>Ferro (mg)</b>	
82,73	5,23	154,53		2,08	

*Bruna Gimenes*  
Bruna Gimenes Pisano  
CRN - 369.207

**CARDÁPIO 4 APAE**

## DESJEJUM

Referências Nutricionais: TACO 4ª edição 2011 e Tabela de composição de alimentos - Sônia Tucunduva 4ª edição 2013

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA 15/06/2026	TERÇA-FEIRA 16/06/2026	QUARTA-FEIRA 17/06/2026	QUINTA-FEIRA 18/06/2026	SEXTA-FEIRA 19/06/2026
DESJEJUM	SUCO DE LARANJA COM CENOURA BISCOITO MAISENA	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO COM MARGARINA	CAFÉ COM LEITE PÃO COM MARGARINA	SUCO DE MANGA PÃO COM MARGARINA	LEITE COM ACHOCOLATADO BISCOITO CREAM CRACKER
<b>COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL SEMANAL (MÉDIA SEMANAL)</b>					
<b>Energia (Kcal)</b>		<b>Carboidratos (g)</b>	<b>Proteínas (g)</b>	<b>Gorduras Totais (g)</b>	<b>Fibras (g)</b>
284		43,13	7,85	8,33	1,2
<b>VITAMINAS</b>			<b>MINERAIS</b>		
<b>Vitamina A</b>	<b>Vitamina C (mg)</b>	<b>Cálcio (mg)</b>		<b>Ferro (mg)</b>	
82,73	5,23	156,73		2,09	

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA 22/06/2026	TERÇA-FEIRA 23/06/2026	QUARTA-FEIRA 24/06/2026	QUINTA-FEIRA 25/06/2026	SEXTA-FEIRA 26/06/2026
DESJEJUM	SUCO DE MARACUJÁ BISCOITO CREAM CRACKER	BEBIDA DE MORANGO PÃO COM MARGARINA	SUCO DE LARANJA PÃO COM MARGARINA	SUCO DE MANGA PÃO COM MARGARINA	LEITE COM ACHOCOLATADO BISCOITO MAISENA
<b>COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL SEMANAL (MÉDIA SEMANAL)</b>					
<b>Energia (Kcal)</b>		<b>Carboidratos (g)</b>	<b>Proteínas (g)</b>	<b>Gorduras Totais (g)</b>	<b>Fibras (g)</b>
286,29		44,2	7,31	8,41	0,93
<b>VITAMINAS</b>			<b>MINERAIS</b>		
<b>Vitamina A</b>	<b>Vitamina C (mg)</b>	<b>Cálcio (mg)</b>		<b>Ferro (mg)</b>	
82,73	5,23	154,53		1,95	

Bruna Gimenes  
Bruna Gimenes Pisano  
CRN - 369.207