

## **CARDÁPIO 4 APAE**

### DESJEJUM

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

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA 30/03/2026	TERÇA-FEIRA 31/03/2026	QUARTA-FEIRA 01/04/2026	QUINTA-FEIRA 02/04/2026	SEXTA-FEIRA 03/04/2026
DESJEJUM	SUCO DE LARANJA BISCOITO CREAM CRACKER	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO COM MARGARINA	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO COM MARGARINA	SUCO DE LARANJA PÃO COM MARGARINA	FERIADO
<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 06/04/2026	TERÇA-FEIRA 07/04/2026	QUARTA-FEIRA 08/04/2026	QUINTA-FEIRA 09/04/2026	SEXTA-FEIRA 10/04/2026
DESJEJUM	SUCO DE MARACUJÁ BISCOITO MAISENA	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO COM MARGARINA	SUCO DE LARANJA PÃO COM MARGARINA	CAFÉ COM LEITE PÃO COM MARGARINA	SUCO DE LARANJA 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>
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 Gimeres  
Bruna Gimeres Pisano  
CRN - 369.207

**CARDÁPIO 4 APAE**  
DESJEJUM

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

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA 13/04/2026	TERÇA-FEIRA 14/04/2026	QUARTA-FEIRA 15/04/2026	QUINTA-FEIRA 16/04/2026	SEXTA-FEIRA 17/04/2026
DESJEJUM	SUCO DE LARANJA BISCOITO CREAM CRACKER	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO COM MARGARINA	CAFÉ COM LEITE PÃO COM MARGARINA	SUCO DE LARANJA PÃO COM MARGARINA	SUCO DE MANGA 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>
284,27		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 20/04/2026	TERÇA-FEIRA 21/04/2026	QUARTA-FEIRA 22/04/2026	QUINTA-FEIRA 23/04/2026	SEXTA-FEIRA 24/04/2026
DESJEJUM	PONTO FACULTATIVO	FERIADO	SUCO DE MANGA BISCOITO CREAM CRACKER	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO COM MARGARINA	CAFÉ COM LEITE PÃO COM MARGARINA
<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

### **CARDÁPIO 4 APAE**

DESJEJUM

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

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA 27/04/2026	TERÇA-FEIRA 28/04/2026	QUARTA-FEIRA 29/04/2026	QUINTA-FEIRA 30/04/2026	SEXTA-FEIRA 01/05/2026
DESJEJUM	SUCO DE MARACUJÁ BISCOITO CREAM CRACKER	BEBIDA DE MORANGO PÃO COM MARGARINA	SUCO DE LARANJA PÃO COM MARGARINA	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO COM MARGARINA	FERIADO
<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 Gímenes*  
Bruna Gímenes Pisano  
CRN - 369.207