

**CARDÁPIO 4**  
DESJEJUM NOVOTEC

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

| REFEIÇÃO                                              | SEGUNDA-FEIRA<br>02/02/2026       | TERÇA-FEIRA<br>03/02/2026 | QUARTA-FEIRA<br>04/02/2026                         | QUINTA-FEIRA<br>05/02/2026                   | SEXTA-FEIRA<br>06/02/2026       |
|-------------------------------------------------------|-----------------------------------|---------------------------|----------------------------------------------------|----------------------------------------------|---------------------------------|
| DESJEJUM                                              | SUCO DE MANGA<br>BISCOITO MAISENA | VITAMINA DE BANANA        | BEBIDA DE SALADA DE<br>FRUTAS<br>PÃO COM MARGARINA | SUCO DE LARANJA<br>BISCOITO CREAM<br>CRACKER | VITAMINA DE BANANA<br>COM MANGA |
| <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<br>09/02/2026                  | TERÇA-FEIRA<br>10/02/2026 | QUARTA-FEIRA<br>11/02/2026                       | QUINTA-FEIRA<br>12/02/2026           | SEXTA-FEIRA<br>13/02/2026 |
|-------------------------------------------------------|----------------------------------------------|---------------------------|--------------------------------------------------|--------------------------------------|---------------------------|
| DESJEJUM                                              | SUCO DE LARANJA<br>BISCOITO CREAM<br>CRACKER | VITAMINA DE MANGA         | BEBIDA DE CAFÉ COM<br>LEITE<br>PÃO COM MARGARINA | SUCO DE MELANCIA<br>BISCOITO MAISENA | VITAMINA DE BANANA        |
| <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**  
DESJEJUM NOVOTEC

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

| REFEIÇÃO                                              | SEGUNDA-FEIRA<br>16/02/2026 | TERÇA-FEIRA<br>17/02/2026 | QUARTA-FEIRA<br>18/02/2026           | QUINTA-FEIRA<br>19/02/2026 | SEXTA-FEIRA<br>20/02/2026              |
|-------------------------------------------------------|-----------------------------|---------------------------|--------------------------------------|----------------------------|----------------------------------------|
| DESJEJUM                                              | PONTO FACULTATIVO           | CARNAVAL                  | SUCO DE MARACUJÁ<br>BISCOITO MAISENA | VITAMINA DE BANANA         | BEBIDA DE MORANGO<br>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>                      |
| 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<br>23/02/2026                                 | TERÇA-FEIRA<br>24/02/2026 | QUARTA-FEIRA<br>25/02/2026          | QUINTA-FEIRA<br>26/02/2026          | SEXTA-FEIRA<br>27/02/2026          |
|-------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|---------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|------------------------------------|
| DESJEJUM                                              | SUCO DE LARANJA<br>COM CENOURA<br>BISCOITO CREAM<br>CRACKER | VITAMINA DE MANGA         | BEBIDA DE COCO<br>PÃO COM MARGARINA | SUCO DE LARANJA<br>BISCOITO MAISENA | VITAMINA DE BANANA<br>COM MARACUJÁ |
| <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