

**CARDÁPIO 4**

## DESJEJUM

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

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA 04/05/2026	TERÇA-FEIRA 05/05/2026	QUARTA-FEIRA 06/05/2026	QUINTA-FEIRA 07/05/2026	SEXTA-FEIRA 08/05/2026
DESJEJUM	SUCO DE MANGA BISCOITO MAISENA	VITAMINA DE BANANA BISCOITO CREAM CRACKER	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO COM MARGARINA	SALADA DE FRUTAS (banana, melancia, manga e laranja)	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>
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 11/05/2026	TERÇA-FEIRA 12/05/2026	QUARTA-FEIRA 13/05/2026	QUINTA-FEIRA 14/05/2026	SEXTA-FEIRA 15/05/2026
DESJEJUM	SUCO DE LARANJA BISCOITO CREAM CRACKER	VITAMINA DE MANGA BISCOITO MAISENA	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO COM MARGARINA	SALADA DE FRUTAS (banana, melancia, manga e laranja)	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>
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**

## DESJEJUM

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

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA 18/05/2026	TERÇA-FEIRA 19/05/2026	QUARTA-FEIRA 20/05/2026	QUINTA-FEIRA 21/05/2026	SEXTA-FEIRA 22/05/2026
DESJEJUM	SUCO DE MARACUJÁ BISCOITO MAISENA	VITAMINA DE BANANA COM MARACUJÁ BISCOITO CREAM CRACKER	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO COM MARGARINA	SALADA DE FRUTAS (banana, melancia, manga e laranja)	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>
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 25/05/2026	TERÇA-FEIRA 26/05/2026	QUARTA-FEIRA 27/05/2026	QUINTA-FEIRA 28/05/2026	SEXTA-FEIRA 29/05/2026
DESJEJUM	SUCO DE LARANJA COM CENOURA BISCOITO CREAM CRACKER	VITAMINA DE MANGA BISCOITO MAISENA	BEBIDA DE CHOCOLATE PÃO COM MARGARINA	SALADA DE FRUTAS (banana, melancia, manga e laranja)	LEITE COM ACHOCOLATADO 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 Gimeres*  
 Bruna Gimeres Pisano  
 CRN - 369.207