

BERÇÁRIO 13 MESES À 2 ANOS E 11 MESES

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
	3/10/2022	4/10/2022	5/10/2022	6/10/2022	7/10/2022				
Desjejum	Suco integral de uva + Panqueca colorida (cenoura)	Vitamina de frutas (banana + abacate) + Biscoito caseiro com aveia e maçã	Leite + Panqueca de banana com aveia	logurte natural com banana e morango batido	FERIADO	KCAL	812,98	KCAL	506,99
Almoço	Arroz, feijão preto Frango (sassami) grelhado Salada de beterraba Manga	Arroz, Feijão cariuca Carne moída ao molho + rúcula Polenta Salada de brócolis c/ couve-flor + Mamão	Arroz, Feijão preto Ovos mexidos + couve Abóbora refogada Melancia	Arroz, Feijão preto, Quibe assado + espinafre + Salada de repolho Maçã		CHO	117,80	CHO	64,10
Lanche	Chá erva doce/cidreira + Biscoito de polvilho+Laranja picada	Leite+maçã picada	logurte natural com banana e morango batido	Creme de banana, maçã e leite		PTN	33,71	PTN	26,07
Jantar	Sopa de feijão com batata, carne, cenoura + couve Mamão	Caria (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata + couve)	Purê de batatas com carne moída ao molho + escarola + Salada de alface c/ cenoura	Polenta + Frango ao molho + Salada de abobrinha		LIP	25,26	LIP	17,44
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA				
	10/10/2022	11/10/2022	12/10/2022	13/10/2022	14/10/2022	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
Desjejum	Chá erva doce/cidreira + Biscoito de polvilho + Mamão picado	Pure de abacate com banana	FERIADO	Leite + mamão picado	Suco de abacaxi natural + Ovos mexidos com couve + Laranja picada	KCAL	587,88	KCAL	595,97
Almoço	Arroz, Feijoadá com cubos de carne bovina + couve Farinha de mandioca Laranja	Arroz integral, feijão carioca Frango ao molho, Jardineira de legumes (cenoura, abobrinha, batata salsa + brócolis) + Mamão		Arroz, Feijão carioca Carne ao molho com mandioca Salada de alface Maçã	macarrão parafuso Frango ao molho desfiado + espinafre Salada de pepino com tomate Malancia	CHO	86,63	CHO	91,17
Lanche	Suco de abacaxi natural + Ovos mexidos com couve + Maçã picada	Leite + Panqueca de banana com aveia		Sagu + Manga	Vitamina de frutas (banana + morango) + Biscoito caseiro com aveia e maçã	PTN	23,20	PTN	27,30
Jantar	Sopa de frango + mandioca + beterraba + abobrinha + espinafre	Polenta com almondegas ao molho + salada de beterraba + brócolis		Risoto de frango (batata, cenoura, milho, frango + rúcula)	Sopa de feijão com batata, carne, cenoura + couve + Manga	LIP	17,79	LIP	14,80
						CALCIO	169,76	CALCIO	188,01
						FERRO	3,60	FERRO	3,48
						VITAMIN A A	6638,58	VITAMIN A A	417,18
						VITAMIN A C	103,70	VITAMIN A C	58,20
						Mg		Mg	

PA
ce

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ			MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE		
	17/10/2022	18/10/2022	19/10/2022	20/10/2022	21/10/2022	KCAL	Kcal	KCAL	Kcal		
Desjejum	Suco de maracujá + banana com aveia	Iogurte natural com banana e morango batido	Suco de uva integral + panqueca colorida (beterraba)	Vitamina de frutas (banana + mamão) + Biscoito caseiro com aveia e maçã	Leite + Panqueca de banana com aveia	CHO 113,68	g	CHO 79,23	g		
Almoço	Arroz, feijão preto, carne moída ao molho + Purê de batatas+ Salada de abobrinha + brócolis	Arroz, Feijão carioca, frango (sassami) ao molho+Salada de alface + Laranja	Arroz, Feijão preto, Bolinho de carne ao molho + Salada de acelga Melancia	Arroz, feijão carioca Frango assado (sobrecoxa) Creme de milho + rúcula Maçã	Arroz, Feijão preto Omelete assado + espinafre chuchu e cenoura refogados Mamão	PTN 31,27	g	PTN 20,03	g		
						LIP 28,34	g	LIP 14,59	g		
						CALCIO 322,42	Mg	CALCIO 134,56	Mg		
Lanche	Vitamina de frutas (banana + abacate) + Biscoito caseiro com aveia e maçã	Suco integral de uva + Panqueca colorida (cenoura)	Purê de abacate com banana	Suco de maracujá + banana com aveia	Suco de maçã integral + salada de frutas (maçã, melão e manga)	FERRO 4,46	Mg	FERRO 2,10	Mg		
Jantar	Canja (arroz, frango, abobrinha, cenoura, batata + couve)	Arroz carreteiro com cenoura e batata + espinafre + Salada de couve flor	Polenta + Frango ao molho + Salada de repolho com cenoura	Purê de batatas com carne moída ao molho + escarola + Salada de alface	Macarrão com carne moída + brócolis refogado	VITAMIN A A 3902,27	Mcg	VITAMIN A A 572,46	Mcg		
						VITAMIN A C 67,14	Mg	VITAMIN A C 49,19	Mg		
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ			MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE		
	24/10/2022	25/10/2022	26/10/2022	27/10/2022	28/10/2022	KCAL 672,39	Kcal	KCAL 523,73	Kcal		
Desjejum	Suco de maçã integral + salada de frutas (banana, laranja e mamão)	Vitamina de frutas (banana+mamão) + Biscoito caseiro com aveia e maçã	Suco de abacaxi natural + Ovos mexidos com couve + Pêra picada	Leite + mamão picado		CHO 103,22	g	CHO 76,87	g		
Almoço	Arroz, feijão preto, sobrecoxa ao molho com cenoura + Salada de brócolis + Manga	Arroz integral, Feijão cariooca Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe salada de alface com tomate	Arroz, Feijão preto, Barreado, Farinha de mandioca Salada de tomate c/ cebola + couve Banana	Arroz, feijão carioca Frango ao molho com legumes (chuchu, cenoura + rúcula) + Salada de pepino + Laranja	FERIADO	PTN 27,68	g	PTN 24,76	g		
						LIP 18,84	g	LIP 13,95	g		
						CALCIO 221,16	Mg	CALCIO 201,50	Mg		
Lanche	Suco de abacaxi natural + Ovos mexidos com couve + Melancia picada	Leite + maçã picada	Suco de maçã integral + salada de frutas (laranja, maçã, mamão)	Leite + panqueca de banana com aveia		FERRO 4,09	Mg	FERRO 3,50	Mg		
Jantar	Sopa de feijão com batata, carne, cenoura + couve Laranja	Polenta + carne moída + couve flor refogada + agrião	Risoto de frango (batata, cenoura, milho, frango + rúcula) + Salada de brócolis	Arroz carreteiro com cenoura e batata Salada de escarola		VITAMIN A A 4932,78	Mcg	VITAMIN A A 4877,96	Mcg		
						VITAMIN A C 117,82	Mg	VITAMIN A C 90,08	Mg		

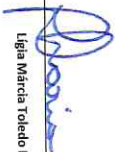

 28/10/2022

SEGUNDA						MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
31/out						KCAL	501,45	Kcal	539,57
Desjejum	Chá erva doce/cidreira + Biscoito de polvilho + Maçã picada					CHO	78,38	g	79,00
Almoço	Risoto de frango (batata, cenoura, milho, frango + escarola) Salada de brócolis + Mamão					PTN	17,92	g	24,22
						LIP	13,62	g	15,16
						CALCIO	98,16	Mg	282,42
Lanche	lógurte natural com banana e morango batido					FERRO	1,86	Mg	1,66
Jantar	Macarrão com carne moída + couve + Cenoura + refogada					VITAMIN A A	8129,06	Mcg	361,90
						VITAMIN A C	94,76	Mg	66,44



Patrícia dos Santos Alves

Mat Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO Nº1781



Lígia Marcia Toledo Faria Vicente

Mat Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO Nº2321



Camille Consentino de Carvalho

Mat Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO Nº1102



Lidiane Correia Costa Sáfola

CRN 8º REGIÃO 6303
Operacional Coordenadora