

CARDÁPIO 13 MESES A 2 ANOS E 11 MESES

	SECUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA (100g)	SEXTA (100g)	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MACRONUTRIENTES	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL (MANHÃ)	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL (TARDE)	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL (NOITE)
Desjejum				Suco de maçã integral + leite + leite de frutas (banana, maçã e mamão)	Ingrediente natural com banana e morango batido	KCAL 728,12	Kcal 605,65	KCAL 464,71	KCAL 236,34
Almoço	Macarrão com molho de carne moída + salada de repolho + espinafre + batata	Aroz + feijão preto + frango ao molho (salsinha) + salada de beterraba + maçã	Aroz + feijão preto + ovos cozidos + couve + abóbora refogada + melancia	Aroz + feijão preto + carne moída + couve + abóbora refogada + melancia	Aroz + feijão preto + carne moída + couve + abóbora refogada + melancia	PTN 31,11	Mg 4,92	PTN 23,62	PTN 2,50
Lanche	Doce de leite + biscoito maisena + leite	Doce de leite + biscoito maisena + leite	Doce de leite + biscoito maisena + leite	Doce de leite + biscoito maisena + leite	Doce de leite + biscoito maisena + leite	CHO 97,66	Mg 390,73	CHO 108,49	CHO 559,38
Jantar	Sopa de feijão com batata, carne, cenoura e couve	Purê de batata com carne moída + abóbora refogada + espinafre	Purê de batata com carne moída + abóbora refogada + espinafre	Purê de batata com carne moída + abóbora refogada + espinafre	Purê de batata com carne moída + abóbora refogada + espinafre	LIP 24,11	Mg 49,5	LIP 9,7	LIP 82,59
Desjejum	Creme de banana, maçã e leite	Suco integral de uva + piquete colorido (cenoura)	Suco de maçã integral + salada de frutas (banana, maçã e mamão)	Suco de maçã integral + salada de frutas (banana, maçã e mamão)	Suco de maçã integral + salada de frutas (banana, maçã e mamão)	KCAL 645,46	Kcal 231,73	KCAL 464,71	KCAL 236,34
Almoço	Macarrão com molho de carne moída + salada de repolho + espinafre + batata	Aroz + feijão preto + frango ao molho (salsinha) + salada de beterraba + maçã	Aroz + feijão preto + ovos cozidos + couve + abóbora refogada + melancia	Aroz + feijão preto + carne moída + couve + abóbora refogada + melancia	Aroz + feijão preto + carne moída + couve + abóbora refogada + melancia	PTN 24,31	Mg 3,11	PTN 22,15	PTN 2,11
Lanche	Doce de leite + biscoito maisena + leite	Doce de leite + biscoito maisena + leite	Doce de leite + biscoito maisena + leite	Doce de leite + biscoito maisena + leite	Doce de leite + biscoito maisena + leite	CHO 100,05	Mg 279,35	CHO 56,09	CHO 2200,32
Jantar	Sopa de feijão com batata, carne, cenoura e couve	Purê de batata com carne moída + abóbora refogada + espinafre	Purê de batata com carne moída + abóbora refogada + espinafre	Purê de batata com carne moída + abóbora refogada + espinafre	Purê de batata com carne moída + abóbora refogada + espinafre	LIP 18,01	Mg 79,50	LIP 17,65	LIP 43,17
Desjejum	Chá de ervas doces + leite + leite de frutas	Mingau de aveia com banana	Suco de maçã integral + salada de frutas (banana, maçã e mamão)	Suco de maçã integral + salada de frutas (banana, maçã e mamão)	Suco de maçã integral + salada de frutas (banana, maçã e mamão)	KCAL 728,01	Kcal 171,33	KCAL 588,11	KCAL 168,12
Almoço	Aroz + feijão preto + galinha assada + salada de repolho + espinafre + batata	Aroz + feijão preto + frango ao molho + salada de beterraba + maçã	Aroz + feijão preto + ovos cozidos + couve + abóbora refogada + melancia	Aroz + feijão preto + carne moída + couve + abóbora refogada + melancia	Aroz + feijão preto + carne moída + couve + abóbora refogada + melancia	PTN 25,36	Mg 3,62	PTN 23,65	PTN 2,52
Lanche	Suco de leite + biscoito maisena + leite	Suco de leite + biscoito maisena + leite	Suco de leite + biscoito maisena + leite	Suco de leite + biscoito maisena + leite	Suco de leite + biscoito maisena + leite	CHO 118,51	Mg 1759,18	CHO 82,90	CHO 3812,81
Jantar	Sopa de feijão com batata, carne, cenoura e couve	Purê de batata com carne moída + abóbora refogada + espinafre	Purê de batata com carne moída + abóbora refogada + espinafre	Purê de batata com carne moída + abóbora refogada + espinafre	Purê de batata com carne moída + abóbora refogada + espinafre	LIP 18,6	Mg 56,31	LIP 14,19	LIP 61,25
Desjejum	Leite + maçã picada	Suco de abacaxi natural + leite + leite de frutas	Purê de abacaxi com banana	Purê de abacaxi com banana	Purê de abacaxi com banana	KCAL 785,70	Kcal 242,37	KCAL 513,04	KCAL 189,57
Almoço	Aroz + feijão preto + carne moída + salada de repolho + espinafre + batata	Aroz + feijão preto + frango ao molho + salada de beterraba + maçã	Aroz + feijão preto + ovos cozidos + couve + abóbora refogada + melancia	Aroz + feijão preto + carne moída + couve + abóbora refogada + melancia	Aroz + feijão preto + carne moída + couve + abóbora refogada + melancia	PTN 27,63	Mg 3,95	PTN 24,58	PTN 2,63
Lanche	Chá de ervas doces + leite + leite de frutas	Chá de ervas doces + leite + leite de frutas	Chá de ervas doces + leite + leite de frutas	Chá de ervas doces + leite + leite de frutas	Chá de ervas doces + leite + leite de frutas	CHO 104,70	Mg 1850,09	CHO 72,86	CHO 1895,24
Jantar	Sopa de feijão com batata, carne, cenoura e couve	Purê de batata com carne moída + abóbora refogada + espinafre	Purê de batata com carne moída + abóbora refogada + espinafre	Purê de batata com carne moída + abóbora refogada + espinafre	Purê de batata com carne moída + abóbora refogada + espinafre	LIP 20,00	Mg 67,50	LIP 14,6	LIP 47,60
Desjejum	Ingrediente natural com banana e morango batido	Leite + mingau de aveia	Suco de maçã integral + salada de frutas (banana, maçã e mamão)	Suco de maçã integral + salada de frutas (banana, maçã e mamão)	Suco de maçã integral + salada de frutas (banana, maçã e mamão)	KCAL 695,93	Kcal 242,37	KCAL 546,30	KCAL 182,66
Almoço	Macarrão com molho de carne moída + salada de repolho + espinafre + batata	Aroz + feijão preto + frango ao molho (salsinha) + salada de beterraba + maçã	Aroz + feijão preto + ovos cozidos + couve + abóbora refogada + melancia	Aroz + feijão preto + carne moída + couve + abóbora refogada + melancia	Aroz + feijão preto + carne moída + couve + abóbora refogada + melancia	PTN 27,63	Mg 3,95	PTN 21,19	PTN 2,77
Lanche	Doce de leite + biscoito maisena + leite	Doce de leite + biscoito maisena + leite	Doce de leite + biscoito maisena + leite	Doce de leite + biscoito maisena + leite	Doce de leite + biscoito maisena + leite	CHO 104,70	Mg 1850,09	CHO 72,86	CHO 1895,24
Jantar	Sopa de feijão com batata, carne, cenoura e couve	Purê de batata com carne moída + abóbora refogada + espinafre	Purê de batata com carne moída + abóbora refogada + espinafre	Purê de batata com carne moída + abóbora refogada + espinafre	Purê de batata com carne moída + abóbora refogada + espinafre	LIP 20,00	Mg 67,50	LIP 14,6	LIP 47,60

Prefeitura dos Santos, Alcega
 Mãe Fundadora nº 7893 CEN E RECADO Nº 7831
 Mãe Fundadora nº 7893 CEN E RECADO Nº 7831

Camille Consistentes de Carvalho
 Mãe Fundadora nº 7893 CEN E RECADO Nº 7831
 Mãe Fundadora nº 7893 CEN E RECADO Nº 7831

Lailane Costa Costa Sotelo
 Mãe Fundadora nº 7893 CEN E RECADO Nº 7831
 Mãe Fundadora nº 7893 CEN E RECADO Nº 7831