




CÁLCULO DO VALOR NUTRICIONAL DO CARDÁPIO DA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PERÍODO PARCIAL (TARDE) - JUNHO 2022

		20/06 - 2ªF	21/06 - 3ªF	22/06 - 4ªF	23/06 - 5ªF	24/06 - 6ªF
Lanche da tarde	Ens. Fundamental 1º segmento (6 - 10 anos)	Leite batido com banana prata Biscoito salgado tipo cream cracker	Suco de polpa de goiaba Broinha de milho com queijo prato	Suco de polpa de acerola Ovos mexidos com queijo minas	Suco de polpa de uva Pão de coco com requeijão	Mingau de aveia (leite, aveia em flocos, adoçado com açúcar) Maçã
Almoço		Arroz com cenoura Feijão preto Peixe ensopado com molho de tomate e coentro (caçãõ em posta) Pirão	Macarrão parafuso Feijão preto Frango ao molho (filé de coxa e sobrecoxa) Beterraba cozida com cheiro verde	Arroz/Angu Feijão preto Carne de panela (patinho) Couve refogada	Arroz Estrogonofe de frango (filé de peito) Salada de alface com tomate	Arroz Feijão preto Carne seca refogada Quibebe
		Suco de polpa de maracujá	Suco de polpa de abacaxi	Melancia	Banana prata	Laranja lima
Média Semanal	Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)		
	755,99	97,33	46,32	20,22		
Percentual com Relação ao VET	100%	55 a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET		
RECOMENDAÇÃO	493	68 a 80	12 a 18	14 a 19		
(30% das necessidades diárias para alunos de 6 - 10 anos)						
Percentual de adequação	153,34	78,97	37,58	36,92		