



CÁLCULO DO VALOR NUTRICIONAL DO CARDÁPIO DA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PERÍODO PARCIAL (MANHÃ) - JUNHO 2022												
		20/06 - 2ªF		21/06 - 3ªF		22/06 - 4ªF		23/06 - 5ªF		24/06 - 6ªF		
Desje- jum	Creche I (6 a 11 meses)	Mingau de fubá (com leite e adoçado com banana prata)		Leite batido com banana prata e aveia (flocos finos)		Leite batido com maçã e mamão e aveia (flocos finos)		Mingau de aveia (leite, aveia em flocos, adoçado com banana prata)		Leite batido com polpa de manga Purê de aipim		
		Arroz com cenoura Feijão preto Peixe ensopado com molho de tomate e coentro (cação em posta) Pirão		Macarrão argolinha Feijão preto Frango ao molho (filé de coxa e sobrecoxa) Beterraba cozida com cheiro verde		Arroz/Angu Feijão preto Carne de panela (coxão mole) Couve refogada		Arroz Feijão preto Frango refogado (filé de peito) Salada de alface com tomate		Arroz Feijão preto Carne em cubos refogada (patinho) Quibebe		
Pera		Suco de polpa de manga sem açúcar		Banana prata		Melancia		Uva rubi				
Média Semanal		Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	Vitaminas		Minerais (mg)				
		296,83	41,72	17,40	7,06	A (µg)	C (mg)	Ca	Fe			
Percentual com Relação ao VET		100%	55 a 65% do VET	10% a 15% do VET	25% a 35% do VET							
RECOMENDAÇÃO		203,00	28 a 33	5 a 8	6 a 8	150	15	78	2,00			
(30% das necessidades diárias para alunos de 7 a 11 meses)												

Roberta de Lemos Santos
Nutricionista - CRN-4: 12100485
Matr 17676-9 - SEMEDE
Rio das Ostras - RJ

Juliana Pereira da Silva
Nutricionista - CRN-4: 16100819
Matr 18689-9 - SEMEDE
Rio das Ostras - RJ

Larissa de Souza Torregrosa
Nutricionista - CRN-4: 18100986
Matr 18563-9 - SEMEDE
Rio das Ostras - RJ

Ana Paula F. Nogueirinha
Nutricionista - CRN-4: 96-1-00095-6
Matr 8570-7 - SEMEDE
Rio das Ostras - RJ

Flávia Fernandes Gomes
Nutricionista - CRN-4: 021003208
Matr 9293-2 - SEMEDE
Rio das Ostras - RJ