



CÁLCULO DO VALOR NUTRICIONAL 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	Creche IV (3 anos a 3 anos, 11 meses e 29 dias) e Pré-Escola (4 a 5 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 (cação 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)	
		527,35	77,11	25,70	13,42	
Percentual com Relação ao VET		100%	55 a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	
RECOMENDAÇÃO						
(30% das necessidades diárias para alunos de 1 - 3 anos)		304	42 a 49	8 a 11	8 a 12	
Média Semanal		Energia (Kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)	
		527,35	77,11	25,70	13,42	
Percentual com Relação ao VET		100%	55 a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	
RECOMENDAÇÃO						
(30% das necessidades diárias para alunos de 4 - 5 anos)		405	56 a 66	10 a 15	11 a 16	