

CARDÁPIO NEIM BERÇÁRIO INTEGRAL - AGOSTO DE 2022

DATA	01/08/2022 SEGUNDA-FEIRA	02/08/2022 TERÇA-FEIRA	03/08/2022 QUARTA-FEIRA	04/08/2022 QUINTA-FEIRA	05/08/2022 SEXTA-FEIRA
DEJEJUM	FORMULA 2 PÃO BISNAGUINHA COM MA	FORMULA 2	FORMULA 2	FORMULA 2	FORMULA 2 PÃO HOT DOG COM MANTEIGA
COLAÇÃO	SUCO DE MELÃO E MAÇÃ	SUCO DE MELANCIA	SUCO DE LARANJA	SUCO DE MANGA	SUCO DE LARANJA COM BETERRABA
ALMOÇO	SALADA DE REPOLHO COM CENOURA CARNE MOIDA COM ABOBRINHA POLENTA ARROZ E FEIJÃO MAÇÃ	SALADA DE BETERRABA COZIDA OVOS MEXIDOS COM BATATA E ERVLHA ARROZ E FEIJÃO MELÃO	SALADA DE REPOLHO COM CENOURA RALADA PEITO DE FRANGO COM BATATA DOCE E ABOBRINHA ARROZ E FEIJÃO BANANA	SALADA DE ALFACE COM PEPINO ESCONDIDINHO DE CARNE MOIDA COM VAGEM ARROZ E FEIJÃO MAMÃO	SALADA DE ESCAROLA COM TOMATE FILE DE COXA COM MILHO VERDE ABOBRINHA MACARRÃO ALHO E ÓLEO MELANCIA
LANCHE	FORMULA 2	FORMULA 2	FORMULA 2	FORMULA 2	FORMULA 2
JANTAR	SOPA DE LEGUMES CARNE EM ISCA CENOURA MANDIOQUINHA CHUCHU ESPINAFRE MELANCIA	SOPA FEIJÃO MACARRÃO CARA ABOBRINHA MANDIOCA COVE MAÇÃ	SOPA FRANGO MACARRÃO CENOURA BATATA INHAME REPOLHO MELÃO	SOPA LEGUMES: CARNE EM ISCA MACARRÃO MANDIOCA CHUCHU ABOBORA CARÁ ESPINAFRE PERA	SOPA FRANGO ARROZ ABOBRINHA BATATA INHAME SALSÃO BANANA
CÁLCULO NUTRICIONAL					
CAL	881,47	696,50	844,88	801,17	1.040,42
Prot	22,68	19,62	29,18	24,90	32,25
Cho	126,38	109,67	135,13	124,90	164,79
Lip	34,29	22,19	24,32	25,27	32,30
Fe	8,19	6,98	10,68	7,70	11,73
Ca	358,23	438,42	434,77	361,18	449,08
Vit. A	637,38	632,50	936,73	650,31	504,07
Vit. C	106,47	175,29	196,80	154,74	202,03
F	13,14	15,25	11,49	15,29	12,76
Zn	5,98	4,29	4,50	6,75	4,54
Mg	18,01	17,96	17,81	17,86	18,03

Luciane Costa
Nutricionista
CRN3-46910

Patia Pereira
Nutricionista
CRN3 18869

Luciane Costa
Nutricionista
CRN3-46910

Coelher

CARDÁPIO NEIM BERÇÁRIO INTEGRAL - AGOSTO DE 2022

DATA	08/08/2022	09/08/2022	10/08/2022	11/08/2022	12/08/2022
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
DESJEJUM	FORMULA 2 PÃO HOT DOG COM MANTEIGA	FORMULA 2	FORMULA 2 PÃO HOT DOG COM MANTEIGA	FORMULA 2	FORMULA 2 PÃO TIPO HOT DOG COM MANTEIGA
COLAÇÃO	SUCO DE LARANJA COM BETERBA	SUCO DE MANGA	SUCO DE MARACUJÁ COM MAÇÃ	SUCO DE LARANJA	SUCO DE MELANCIA
ALMOÇO	SALADA DE PEPINO COM TOMATE RISOTO DE FRANGO COM ERVILHA E ABOBRINHA FEIJÃO MELANCIA	SALADA DE REPOLHO AO VINAGRETE LAGARTO COM BATATA E CHUCHU ARROZ E FEIJÃO MELÃO	SALADA DE BETERABA COZIDA OVOS MEXIDOS COM BATATA E CENOURA ARROZ E FEIJÃO COM ABOBORA MAÇÃ	SALADA DE ALFACE COM CENOURA FÍGADO COM BATATAS E PIMENTÃO PURÊ DE BATATA ARROZ E FEIJÃO MELANCIA	SALADA DE AÇELGA COM TOMATE PEITO DE FRANGO COM ERVILHA E ABOBRINHA MACARRÃO AO SUGO MAÇÃ
LANCHE	FORMULA 2	FORMULA 2	FORMULA 2	FORMULA 2	FORMULA 2
JANTAR	SOPA FRANGO MACARRÃO ABOBORA BATATA CARA ESPINAFRE SALADA DE FRUTAS BANANA/MAÇÃ/MAMÃO	SOPA ISCA DE CARNE CENOURA MANDIOQUINHA CHUCHU COUVE MAÇÃ	SOPA ARROZ CENOURA ABOBRINHA MANDIOCA SALSÃO BANANA	SOPA - ERVILHA CARNE EM ISCA MACARRÃO CHUCHU ABOBORA BATATA COUVE PERA	SOPA - FEIJÃO MACARRÃO BATATA CENOURA ABOBRORA REPOLHO BANANA
CÁLCULO NUTRICIONAL					
CAL	1.097,87	748,92	1.175,18	1.665,07	834,28
Prot	32,23	23,33	26,83	78,24	24,92
Cho	148,46	113,48	186,13	171,73	108,88
Lip	44,41	25,29	39,96	76,79	34,76
Fe	8,98	7,29	10,23	9,11	7,39
Ca	435,53	341,13	391,50	2.197,17	359,87
Vit. A	627,59	529,03	985,39	889,70	553,10
Vit. C	181,18	133,81	116,16	182,69	93,00
F	13,55	13,53	15,75	15,40	10,13
Zn	4,80	6,56	4,79	12,91	4,53
Mg	18,18	17,59	18,08	17,80	17,90

Luciene Costa
Nutricionista
CRN3-48948

Coelho

01694-3CRN3
Nutricionista
CRN3-18869

Cátia Pereira

Nutricionista
CRN3 18869

CARDÁPIO NEIM BERÇÁRIO INTEGRAL - AGOSTO DE 2022

DATA	16/05/2022	16/08/2022	17/08/2022	18/08/2022	19/08/2022
	SEGUNDA FEIRA	TERÇA FEIRA	QUARTA FEIRA	QUINTA FEIRA	SEXTA-FEIRA
DESJEJUM	FORMULA 2 PÃO BISNAGUINHA COM MANTEIGA	FORMULA 2	FORMULA 2 PÃO TIPO HOT DOG COM MANTEIGA	FORMULA 2 PÃO TIPO BISNAGUINHA COM MANTEIGA	FORMULA 2 PÃO TIPO HOT DOG COM MANTEIGA
COLAÇÃO	SUCO DE MELÃO	SUCO DE LARANJA COM BETERRABA	SUCO DE MELANCIA	SUCO DE LARANJA COM BETERRABA	SUCO DE MANGA
ALMOÇO	SALADA DE BETERRABA E CENOURA RALADA OVOS MEXIDOS BATATA E ABOBRINHA ARROZ E FEIJÃO COM ABÓBORA MELÃO	SALADA DE ESCAROOLA COM CENOURA CARNE MOÍDA COM BATATA E CENOURA SAUTE ARROZ E FEIJÃO BANANA	SALADA DE REPOLHO COM TOMATE FRANGO DESFIADO COM BATATA DOCE E VAGEM MACARRÃO ALHO E OLEO MAÇÃ	SALADA DE PERINO COM TOMATE PEIXE COM BATATA E PIMENTÃO FAROFIA DE CENOURA ARROZ E FEIJÃO MAMÃO	SALADA DE ALFACE COM TOMATE PEITO DE FRANGO COM ABOBRINHA POLENTA ARROZ E FEIJÃO MELANCIA
LANCHE	FORMULA 2	FORMULA 2	FORMULA 2	FORMULA 2	FORMULA 2
JANTAR	SOPA FRANGO ARROZ ABÓBORA BATATA ABOBRINHA SALSÃO MAÇÃ	SOPA CREME MÚSCULO CHUCHU ABÓBORA BATATA COUVE MELÃO	SOPA - FRANGO MACARRÃO BATATA CENOURA ABÓBORA SALSÃO BANANA	SOPA ERVILHA MACARRÃO SOPA CHUCHU ABÓBORA BATATA COUVE PERA	SOPA - FEIJÃO MACARRÃO CARNE EM ISCA BATATA CENOURA ABÓBORA REPOLHO MAMÃO
CÁLCULO NUTRICIONAL					
CAL	834,28	875,22	942,20	731,12	1.040,23
Prot	24,92	35,60	32,96	24,33	26,61
Cho	108,88	118,00	115,80	112,82	154,17
Lip	34,76	31,46	40,71	22,42	38,41
Fe	7,39	11,06	9,20	7,02	6,90
Ca	359,87	349,73	336,27	458,23	255,54
Vit. A	553,10	591,88	583,90	490,38	618,26
Vit. C	93,00	127,10	74,84	243,24	112,13
F	10,13	9,41	9,01	16,18	3,41
Zn	4,53	9,02	4,72	4,27	9,71
Mg	17,90	17,71	17,71	17,87	15,65

Luciane Costa
Nutricionista
CRN3-46910

Luciane Costa
Nutricionista
CRN3-46910

Catia Peters
Nutricionista
CRN3 18869

Coelher

CARDÁPIO NEIM BERÇÁRIO INTEGRAL - AGOSTO DE 2022

DATA	22/08/2022	23/08/2022	24/08/2022	25/08/2022	26/08/2022
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
DESEJUM	FORMULA 2 PÃO TIPO BISNAGUINHA COM MANTEIGA	FORMULA 2	FORMULA 2 PÃO BISGUGINHA COM MANTEIGA	FORMULA 2	FORMULA 2 PÃO BISNAGUINHA COM MANTEIGA
COLAÇÃO	SUCO DE MARACUJÁ COM MAÇÃ	SUCO DE MELÃO	SUCO DE MELANCIA	SUCO DE LARANJA COM BETERRABA	SUCO DE MANGA
ALMOÇO	SALADA DE ACELGA COM CENOURA ESCONDIDINHO DE FRANGO COM ABOBRINHA ARROZ E FEIJÃO COM ABÓBORA MELANCIA	SALADA DE PEPINO COM TOMATE OVOS MEXIDOS COM BATATA E ABOBRINHA ARROZ E FEIJÃO COM ABÓBORA MAÇÃ	SALADA DE ALFACE COM TOMATE CARNE EM CUBOS COM CHUCHU E REPOLHO MACARRÃO ALHO E OLEO SALADA DE FRUTAS (MAMÃO, BANANA E MAÇÃ)	SALADA DE BATATA COM CENOURA PEITO DE FRANGO COM BATATA DOCE E ABOBRINHA ARROZ E FEIJÃO BANANA	SALADA DE REPOLHO À VINAGRETE CARNE MOÍDA POLENTA ARROZ E FEIJÃO MELÃO
LANCHE	FORMULA 2	FORMULA 2	FORMULA 2	FORMULA 2	FORMULA 2
JANTAR	SOPA FRANGO MACARRÃO CENOURA MANDIOQUINHA CHUCHU ESCAROLA MAÇÃ	SOPA FEIJÃO CENOURA CARA ABÓBORA ESPINAFRE BANANA	SOPA MÚSCULO MACARRÃO CHUCHU ABÓBORA BATATA REPOLHO MELÃO	SOPA FANGO ARROZ ABÓBORA BATATA DOCE CHUCHU COUVE MAÇÃ	SOPA CARNE EM ISCA MACARRÃO CHUCHU ABÓBORA BATATA REPOLHO MELANCIA
CÁLCULO NUTRICIONAL					
CAL	858,16	727,00	870,35	798,76	1.000,80
Prot	26,36	19,18	26,96	29,99	27,76
Cho	118,87	237,02	113,38	132,97	138,83
Lip	32,71	44,55	36,87	19,38	40,34
Fe	7,33	18,05	0,00	8,76	8,69
Ca	353,88	766,15	8,76	419,82	353,62
Vit. A	679,46	1.995,41	355,44	869,78	474,09
Vit. C	88,87	218,35	0,00	183,75	145,11
F	12,24	23,78	12,00	15,20	12,08
Zn	4,54	8,56	9,75	4,23	6,96
Mg	17,91	35,83	6,92	17,78	17,92

Luciane Costa
Nutricionista
CRN3-46910

Luciane Costa
Nutricionista
CRN3 18869

Patia Pereira
Nutricionista
CRN3 18869

Coelho

CARDÁPIO NEIM BERÇÁRIO INTEGRAL - AGOSTO DE 2022

DATA	29/08/2022	30/08/2022	31/08/2022	01/09/2022	02/09/2022	
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	
DEJEJUM	FORMULA 2 PÃO BISNAGUINHA COM MANTEIGA	FORMULA 2	FORMULA 2	FORMULA 2 PÃO BISNAGUINHA COM MANTEIGA	FORMULA 2 PÃO TIPO HOT DOG COM MANTEIGA	
COLAÇÃO	SUCO DE MELÃO E MAÇÃ	SUCO DE MELANCIA	SUCO DE LARANJA	SUCO DE MANGA	SUCO DE LARANJA COM BETERRABA	
ALMOÇO	SALADA DE ACELGA COM CENOURA CARNE MOÍDA COM ABOBRINHA E VAGEM ARROZ E FEIJÃO MAÇÃ	SALADA DE BETERRABA COZIDA OVOS MEXIDOS COM BATATA E ERVILHA ARROZ E FEIJÃO MELÃO	SALADA DE PEPINO COM CENOURA PEITO DE FRANGO COM BATATA DOCE E ABOBRINHA ARROZ E FEIJÃO BANANA	SALADA DE ALFACE COM PEPINO ESCONDIDINHO DE CARNE MOÍDA COM VAGEM ARROZ E FEIJÃO MAMÃO	SALADA DE ESCAROLA COM TOMATE FILÉ DE COXA COM BATATA DOCE E ABOBRINHA MACARÃO ALHO E ÓLEO BANANA	
LANCHE	FORMULA 2	FORMULA 2	FORMULA 2	FORMULA 2	FORMULA 2	
JANTAR	SOPA MÍSCULO MACARÃO CENOURA MANDIOQUINHA CHUCHU ESPINAFRE MELANCIA	SOPA FEIJÃO MACARÃO CARÁ ABOBRINHA MANDIOCA COUVE MELÃO	SOPA FRANGO MACARÃO CENOURA BATATA INHAME REPOLHO MELÃO	SOPA - LEGUMES CARNE EM ISCA MACARÃO MANDIOCA CHUCHU ABÓBORA CARÁ ESPINAFRE DEPA	SOPA FRANGO ARROZ ABOBRINHA BATATA INHAME SALSÃO BANANA	
	CAL	667,51	603,07	696,16	905,32	979,89
	Prot	28,30	19,45	31,32	28,00	39,95
	Cho	117,82	97,07	103,02	116,99	139,90
	Lip	35,34	22,24	19,33	35,87	31,67
	Fe	9,07	7,18	7,26	8,45	11,76
	Ca	404,57	359,88	415,40	408,83	392,05
	Vit. A	532,98	594,45	415,40	408,83	392,05
	Vit. C	88,59	76,85	182,87	173,45	94,18
	F	12,48	11,24	13,07	12,64	8,59
	Zn	7,14	4,37	4,38	7,11	4,84
	Mg	18,00	17,98	17,84	17,84	18,15
CÁLCULO NUTRICIONAL						

~~Luciane Costa~~
Nutricionista
CRN3-48910

Luciane Costa
Nutricionista
CRN3-46910

Catia Perez
Nutricionista
CRN3 18809



Coeller

DATA	01/08/2022	02/08/2022	03/08/2022	04/08/2022	05/08/2022
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
DESJEJUM	LEITE BOLINHO DE LARANJA	LEITE COM BETERRABA INHAME E MAMÃO	LEITE COM CAFÉ BISCOITO MAISENA	LEITE PÃO TIPO HOT DOG COM MANTEIGA	LEITE COM CAFÉ
CÁLCULO NUTRICIONAL	CAL 312,03 Prot 8,62 Cho 42,73 Lip 12,02 Fe 0,86 Ca 262,62 Vit. A 91,43 Vit. C 2,12 F 0,95 Zn 1,09 Mg 0,26	185,70 7,16 24,70 6,82 0,22 245,04 174,57 13,63 0,74 0,91 0,11	257,80 10,05 32,02 11,24 3,78 331,14 59,11 0,00 3,89 1,13 0,01	312,21 9,27 37,32 13,30 1,11 251,29 107,96 0,03 1,01 1,08 0,23	175,40 7,62 19,46 7,64 3,24 315,04 59,11 0,00 3,26 0,83 0,01
MERENDA	SALADA DE REPOLHO COM BETERRABA ARROZ CARRETEIRO (CARNE MOIDA CENOURA E MILHO) FEIJÃO	OVOS MEXIDOS COM ERVILHA E BATATA ARROZ E FEIJÃO MELANCIA	SALADA DE ALFACE COM TOMATE CARNE MOÍDA COM PTS COM ABOBRINHA E VAGEM MACARRÃO ALHO E ÓLEO MELÃO	SALADA DE PEPINO COM TOMATE SOBRECOXA COM ABOBORA POLENTA ARROZ E FEIJÃO	CANJA DE FRANGO COM ARROZ, BATATA, CENOURA, ABOBRINHA E SALSAO MAÇÃ
CÁLCULO NUTRICIONAL	CAL 348,26 Prot 21,42 Cho 28,84 Lip 16,21 Fe 3,03 Ca 51,80 Vit. A 130,62 Vit. C 13,42 F 3,60 Zn 4,75 Mg 0,48	323,79 10,59 35,39 15,66 1,83 61,60 155,51 12,22 4,33 1,33 0,55	346,51 30,77 33,86 17,52 3,06 45,48 126,33 28,63 3,19 4,00 0,42	320,09 25,78 27,25 11,50 1,84 44,17 49,49 4,01 2,86 1,57 0,41	295,89 12,90 33,09 13,10 0,95 32,43 196,09 9,74 4,70 1,17 0,29

Luciane Costa
Nutricionista
CRN3-46910

Patia Peres
Nutricionista
CRN3 18869

DATA	08/08/2022	09/08/2022	10/08/2022	11/08/2022	12/08/2022
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
DESJEJUM	LEITE COM CAFÉ PÃO TIPO HOT DOG COM MANTEIGA	LEITE BOLINHO DE ABACAXI	LEITE COM BANANA E MAÇÃ	LEITE	LEITE COM INHAME, BETERRABA E BANANA BISCOITO SALGADO
CÁLCULO NUTRICIONAL	CAL	307,83	170,50	163,50	325,30
	Prot	10,28	8,62	6,70	10,33
	Cho	47,38	42,73	19,40	47,91
	Lip	22,28	12,02	6,76	11,17
	Fe	4,79	0,86	0,06	1,26
	Ca	331,89	262,62	235,14	249,24
	Vit. A	357,86	91,43	59,11	165,63
	Vit. C	0,03	2,12	0,00	267,00
	F	4,27	0,00	0,00	267,00
	Zn	1,08	1,09	0,83	267,00
	Mg	0,23	0,26	0,01	267,00
MERENDA	SOPA DE FEIJÃO COM MACARRÃO CARNE EM ISCA, BATATA, CENOURA, E REPOLHO MAÇÃ	CARNE MOÍDA COM PTS MACARRÃO A PRIMAVEIRA (ALHO E ÓLEO, CENOURA RALADA, MILHO E ERVILHA)	SALADA DE PEPINO COM TOMATE OVOS MEXIDOS COM MILHO E BATATA ARROZ E FEIJÃO	SALADA DE ESCAROLA COM BETERRABA RALADA RISOTO DE FRANGO COM ERVILHA E ABOBRINHA MELANCIA	SALADA DE REPOLHO A VINAGRETE PEIXE COM PIMENTÃO E BATATAS FAROFÁ DE BANANA ARROZ E FEIJÃO MELÃO
	CAL	265,91	265,11	267,66	355,30
	Prot	14,42	21,46	10,87	23,05
	Cho	18,87	38,84	31,97	71,67
	Lip	15,02	10,99	10,79	15,64
	Fe	2,02	1,98	1,89	1,89
	Ca	46,38	29,23	57,75	55,54
	Vit. A	517,82	267,40	94,43	86,87
	Vit. C	16,64	5,58	5,88	12,44
	F	3,56	4,30	3,36	3,87
CÁLCULO NUTRICIONAL	Zn	3,21	1,65	1,30	2,32
	Mg	0,29	0,44	0,45	0,60


Luciane Costa
Nutricionista
CRN3-46910


Catia Peters
Nutricionista
CRN3-18869

DATA	15/08/2022	16/08/2022	17/08/2022	18/08/2022	19/08/2022	
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	
DESJEJUM	LEITE	LEITE COM CAFÉ	LEITE BISCOITO MAISENA	LEITE COM CAFÉ BOLINHO DE ABACAXI	LEITE COM CAFÉ PÃO TIPO HOT DOG COM MANTEIGA	
CÁLCULO NUTRICIONAL	CAL	167,70	175,40	299,20	319,73	424,71
	Prot	6,70	7,62	9,13	9,54	10,28
	Cho	19,40	19,46	41,96	42,79	47,38
	Lip	6,76	7,64	10,36	12,90	22,28
	Fe	0,06	3,24	0,60	4,04	4,79
	Ca	235,14	315,04	251,34	342,52	331,89
	Vit. A	59,11	59,11	59,11	91,43	357,86
	Vit. C	0,00	0,00	0,00	2,12	0,03
	F	0,00	3,26	0,63	4,21	4,27
	Zn	0,83	0,83	1,13	1,10	1,08
Mg	0,01	0,01	0,01	0,26	0,23	
CÁLCULO NUTRICIONAL	MERENDA	SALADA DE ACELGA COM BETERRABA RALADA ARROZ CARRETEIRO (CARNE MOÍDA, CENOURA E MILHO) FEIJÃO	CREME DE FRANGO COM BATATA (FLOCOS) MANDIOCA E COUVE MAÇÃ PÃO HOT DOG	SALADA DE PEPINO COM TOMATE OVOS MEXIDOS BATATA E CENOURA ARROZ E FEIJÃO COM ABOBORA BANANA	SALADA DE ALFACE COM TOMATE STROGONOFF DE FRANGO COM MILHO ARROZ BATATA SAUTÉ	CARNE MOÍDA COM PTS COM ABOBRINHA E VAGEM MACARRÃO ALHO E ÓLEO MELANCIA
	CAL	343,81	397,63	394,80	566,15	366,06
	Prot	21,45	16,26	12,48	30,17	30,13
	Cho	27,50	57,12	57,51	63,53	29,19
	Lip	16,24	12,71	14,12	20,49	14,43
	Fe	3,05	1,88	3,86	1,31	2,76
	Ca	45,50	55,38	75,50	204,84	31,08
	Vit. A	90,45	157,86	206,48	79,46	29,64
	Vit. C	6,73	12,26	18,37	3,52	9,96
	F	3,39	5,03	3,79	2,73	2,04
CÁLCULO NUTRICIONAL	Zn	4,73	0,90	1,35	2,72	3,90
	Mg	0,46	6,37	0,51	0,46	0,33

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE BERTIOGAS/SP
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - (PNAE)
EMEI EMEF EMEIF- AGOSTO - 2022

Coelho

DATA	22/08/2022	23/08/2022	24/08/2022	25/08/2022	26/08/2022
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
DESJEJUM	LEITE COM CAFÉ	LEITE BOLINHO DE CHOCOLATE	LEITE COM CAFÉ	LEITE BISCOITO MAISENA	LEITE PÃO TIPO HOT DOG COM MANTEIGA
CÁLCULO NUTRICIONAL	CAL	179,60	292,82	174,70	274,60
	Prot	7,62	10,18	6,70	7,58
	Cho	19,46	42,72	19,40	39,79
	Lip	7,64	9,16	6,76	8,80
	Fe	3,24	1,13	0,06	0,59
	Ca	315,04	248,60	235,14	197,10
	Vit. A	59,11	92,51	59,11	45,47
	Vit. C	0,00	0,30	0,00	0,00
	F	3,26	0,70	0,00	0,63
	Zn	0,83	1,20	0,83	0,94
CÁLCULO NUTRICIONAL	Mg	0,01	0,13	0,01	0,00
CÁLCULO NUTRICIONAL					
CÁLCULO NUTRICIONAL					

Luciane Costa
Nutricionista
CRN3-48910

Luciane Costa
Nutricionista
CRN3-48910

Luciane Costa
Nutricionista
CRN3-48910

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE BERTIOGA/SP
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - (PNAE)
EMEI EMEF EMEIF - AGOSTO - 2022

Coelho

		29/08/2022	30/08/2022	31/08/2022	01/09/2022	02/09/2022
		Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
	DESEJUM	LEITE	LEITE COM BETERRABA, INHAME E MAMÃO	LEITE COM CAFÉ BISCOITO SALGADO	LEITE PÃO TIPO HOT DOG COM MANTEIGA	LEITE CO CAFÉ BISCOITO MAISENA
CÁLCULO NUTRICIONAL	CAL	163,50	305,00	305,00	412,81	308,30
	Prot	6,70	7,10	10,65	9,36	10,05
	Cho	19,40	13,72	40,07	47,32	42,02
	Lip	6,76	6,80	11,96	21,40	11,24
	Fe	0,06	0,21	3,90	1,61	3,78
	Ca	235,14	242,54	321,04	251,99	331,24
	Vit. A	59,11	169,10	59,11	357,86	59,11
	Vit. C	0,00	133,18	0,00	0,03	0,00
	F	0,00	127,18	4,01	1,01	3,89
	Zn	0,83	127,84	1,16	1,08	1,13
Mg	0,01	127,01	0,01	0,23	0,01	
CÁLCULO NUTRICIONAL	MERENDA	SALADA DE PEPINO COM TOMATE ARROZ CARRETEIRO (CARNE MOÍDA, CENOURA E MILHO) FEIJÃO	SALADA DE REPOLHO A VINAGRETE OVOS MEXIDOS COM ERVILHA E BATATA ARROZ E FEIJÃO MELANCIA	SOPA DE FEIJÃO (ABOBORA, CHUCHU, MANDIOCA E REPOLHO) CARNE EM ISCA E MACARRÃO E FEIJÃO BANANA	SALADA DE ALFACE COM TOMATE SASSAMI COM ABOBORA E REPOLHO ARROZ E FEIJÃO	CARNE MOÍDA COM PTS COM ABOBRINHA E VAGEM MACARRÃO (ALHO E ÓLEO) MAÇÃ
	CAL	345,11	291,86	340,57	253,07	513,18
	Prot	21,29	11,49	14,78	15,55	31,49
	Cho	28,05	37,57	58,47	18,50	52,08
	Lip	16,26	10,77	7,49	12,81	20,66
	Fe	3,05	1,83	6,03	1,33	3,06
	Ca	42,10	61,20	62,71	33,49	43,75
	Vit. A	100,32	111,52	70,32	53,52	12,44
	Vit. C	6,28	11,34	35,56	2,14	13,34
	F	3,39	3,74	2,29	2,11	5,88
Zn	4,75	1,38	2,70	1,03	4,09	
Mg	0,44	0,48	0,20	0,31	0,49	

Luciane Costa
Nutricionista
CRN3-46910

Cátia Pereira
Nutricionista
CRN3 18869

DATA	01/08/2022	02/08/2022	03/08/2022	04/08/2022	05/08/2022
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
DESJEJUM	LEITE BOLINHO DE LARANJA	LEITE COM BETERRABA INHAME E MAMÃO	LEITE COM CAFÉ BISCOITO MAISENA	LEITE PÃO TIPO HOT DOG COM MANTEIGA	LEITE COM CAFÉ
CÁLCULO NUTRICIONAL	CAL 312,03 Prot 8,62 Cho 42,73 Lip 12,02 Fe 0,86 Ca 262,62 Vit. A 91,43 Vit. C 2,12 F 0,95 Zn 1,09 Mg 0,26	185,70 7,16 24,70 6,82 0,22 245,04 174,57 13,63 0,74 0,91 0,11	257,80 10,05 32,02 11,24 3,78 331,14 59,11 0,00 3,89 1,13 0,01	312,21 9,27 37,32 13,30 1,11 251,29 107,96 0,03 1,01 1,08 0,23	175,40 7,62 19,46 7,64 3,24 315,04 59,11 0,00 3,26 0,83 0,01
MERENDA	SALADA DE REPOLHO COM BETERRABA ARROZ CARRETEIRO (CARNE MOIDA CENOURA E MILHO) FEIJÃO	OVOS MEXIDOS COM ERVILHA E BATATA ARROZ E FEIJÃO MELANCIA	SALADA DE ALFACE COM TOMATE CARNE MOÍDA COM PTS COM ABOBRINHA E VAGEM MACARRÃO ALHO E ÓLEO MELÃO	SALADA DE PEPINO COM TOMATE SOBRECOXA COM ABOBORA POLENTA ARROZ E FEIJÃO	CANJA DE FRANGO COM ARROZ, BATATA, CENOURA, ABOBRINHA E SALSAO MAÇÃ
CÁLCULO NUTRICIONAL	CAL 348,26 Prot 21,42 Cho 28,84 Lip 16,21 Fe 3,03 Ca 51,80 Vit. A 130,62 Vit. C 13,42 F 3,60 Zn 4,75 Mg 0,48	323,79 10,59 35,39 15,66 1,83 61,60 155,51 12,22 4,33 1,33 0,55	346,51 30,77 33,86 17,52 3,06 45,48 126,33 28,63 3,19 4,00 0,42	320,09 25,78 27,25 11,50 1,84 44,17 49,49 4,01 2,86 1,57 0,41	295,89 12,90 33,09 13,10 0,95 32,43 196,09 9,74 4,70 1,17 0,29


Luciane Costa
Nutricionista
CRN3-46910


Catia Pereira
Nutricionista
CRN3 18869

DATA	08/08/2022	09/08/2022	10/08/2022	11/08/2022	12/08/2022
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
DESJEJUM	LEITE COM CAFÉ PÃO TIPO HOT DOG COM MANTEIGA	LEITE BOLINHO DE ABACAXI	LEITE COM BANANA E MAÇÃ	LEITE	LEITE COM INHAME, BETERRABA E BANANA BISCOITO SALGADO
CÁLCULO NUTRICIONAL	CAL	307,83	170,50	163,50	325,30
	Prot	10,28	8,62	6,70	10,33
	Cho	47,38	42,73	19,40	47,91
	Lip	22,28	12,02	6,76	11,17
	Fe	4,79	0,86	0,06	1,26
	Ca	331,89	262,62	235,14	249,24
	Vit. A	357,86	91,43	59,11	165,63
	Vit. C	0,03	2,12	0,00	267,00
	F	4,27	0,00	0,00	267,00
	Zn	1,08	1,09	0,83	267,00
	Mg	0,23	0,26	0,01	267,00
MERENDA	SOPA DE FEIJÃO COM MACARRÃO CARNE EM ISCA, BATATA, CENOURA, E REPOLHO MAÇÃ	CARNE MOÍDA COM PTS MACARRÃO A PRIMAVEIRA (ALHO E ÓLEO, CENOURA RALADA, MILHO E ERVILHA)	SALADA DE PEPINO COM TOMATE OVOS MEXIDOS COM MILHO E BATATA ARROZ E FEIJÃO	SALADA DE ESCAROLA COM BETERRABA RALADA RISOTO DE FRANGO COM ERVILHA E ABOBRINHA MELANCIA	SALADA DE REPOLHO A VINAGRETE PEIXE COM PIMENTÃO E BATATAS FAROFA DE BANANA ARROZ E FEIJÃO MELÃO
	CAL	265,91	265,11	267,66	355,30
	Prot	14,42	21,46	10,87	23,05
	Cho	18,87	38,84	31,97	71,67
	Lip	15,02	10,99	10,79	15,64
	Fe	2,02	1,98	1,89	1,89
	Ca	46,38	29,23	57,75	55,54
	Vit. A	517,82	267,40	94,43	86,87
	Vit. C	16,64	5,58	5,88	12,44
	F	3,56	4,30	3,36	3,87
CÁLCULO NUTRICIONAL	Zn	3,21	1,65	1,30	2,32
	Mg	0,29	0,44	0,45	0,60


Luciane Costa
Nutricionista
CRN3-46910


Catia Peters
Nutricionista
CRN3-18869

DATA	15/08/2022	16/08/2022	17/08/2022	18/08/2022	19/08/2022
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
DESJEJUM	LEITE	LEITE COM CAFÉ	LEITE BISCOITO MAISENA	LEITE COM CAFÉ BOUINHO DE ABACAXI	LEITE COM CAFÉ PÃO TIPO HOT DOG COM MANTEIGA
CAL	167,70	175,40	299,20	319,73	424,71
Prot	6,70	7,62	9,13	9,54	10,28
Cho	19,40	19,46	41,96	42,79	47,38
Lip	6,76	7,64	10,36	12,90	22,28
Fe	0,06	3,24	0,60	4,04	4,79
Ca	235,14	315,04	251,34	342,52	331,89
Vit. A	59,11	59,11	59,11	91,43	357,86
Vit. C	0,00	0,00	0,00	2,12	0,03
F	0,00	3,26	0,63	4,21	4,27
Zn	0,83	0,83	1,13	1,10	1,08
Mg	0,01	0,01	0,01	0,26	0,23
CÁLCULO NUTRICIONAL					
MERENDA	SALADA DE ACELGA COM BETERRABA RALADA ARROZ CARRETEIRO (CARNE MOÍDA, CENOURA E MILHO) FEIJÃO	CREME DE FRANGO COM BATATA (FLOCOS) MANDIOCA E COUVE MAÇÃ PÃO HOT DOG	SALADA DE PEPINO COM TOMATE OVOS MEXIDOS BATATA E CENOURA ARROZ E FEIJÃO COM ABOBORA BANANA	SALADA DE ALFACE COM TOMATE STROGONOFF DE FRANGO COM MILHO ARROZ BATATA SAUTÉ	CARNE MOÍDA COM PTS COM ABOBRINHA E VAGEM MACARRÃO ALHO E ÓLEO MELANCIA
CAL	343,81	397,63	394,80	566,15	366,06
Prot	21,45	16,26	12,48	30,17	30,13
Cho	27,50	57,12	57,51	63,53	29,19
Lip	16,24	12,71	14,12	20,49	14,43
Fe	3,05	1,88	3,86	1,31	2,76
Ca	45,50	55,38	75,50	204,84	31,08
Vit. A	90,45	157,86	206,48	79,46	29,64
Vit. C	6,73	12,26	18,37	3,52	9,96
F	3,39	5,03	3,79	2,73	2,04
Zn	4,73	0,90	1,35	2,72	3,90
Mg	0,46	6,37	0,51	0,46	0,33
CÁLCULO NUTRICIONAL					

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE BERTIOGAS/SP
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - (PNAE)
EMEI EMEF EMEIF- AGOSTO - 2022

Coelho

DATA	22/08/2022	23/08/2022	24/08/2022	25/08/2022	26/08/2022
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
DESJEJUM	LEITE COM CAFÉ	LEITE BOLINHO DE CHOCOLATE	LEITE COM CAFÉ	LEITE BISCOITO MAISENA	LEITE PÃO TIPO HOT DOG COM MANTEIGA
CÁLCULO NUTRICIONAL	CAL	179,60	292,82	174,70	274,60
	Prot	7,62	10,18	6,70	7,58
	Cho	19,46	42,72	19,40	39,79
	Lip	7,64	9,16	6,76	8,80
	Fe	3,24	1,13	0,06	0,59
	Ca	315,04	248,60	235,14	197,10
	Vit. A	59,11	92,51	59,11	45,47
	Vit. C	0,00	0,30	0,00	0,00
	F	3,26	0,70	0,00	0,63
	Zn	0,83	1,20	0,83	0,94
CÁLCULO NUTRICIONAL	Mg	0,01	0,13	0,01	0,00
CÁLCULO NUTRICIONAL					
CÁLCULO NUTRICIONAL					

Luciane Costa
Nutricionista
CRN3-48910

Cátia Peres
Nutricionista
CRN3-18869

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE BERTIOGA/SP
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - (PNAE)
EMEI EMEF EMEIF - AGOSTO - 2022

Coelher

	29/08/2022	30/08/2022	31/08/2022	01/09/2022	02/09/2022
	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
DESEJUM	LEITE	LEITE COM BETERRABA, INHAME E MAMÃO	LEITE COM CAFÉ BISCOITO SALGADO	LEITE PÃO TIPO HOT DOG COM MANTEIGA	LEITE CO CAFÉ BISCOITO MAISENA
CÁLCULO NUTRICIONAL	CAL 163,50 Prot 6,70 Cho 19,40 Lip 6,76 Fe 0,06 Ca 235,14 Vit. A 59,11 Vit. C 0,00 F 0,00 Zn 0,83 Mg 0,01	CAL 305,00 Prot 7,10 Cho 13,72 Lip 6,80 Fe 0,21 Ca 242,54 Vit. A 169,10 Vit. C 133,18 F 127,18 Zn 127,84 Mg 127,01	CAL 305,00 Prot 10,65 Cho 40,07 Lip 11,96 Fe 3,90 Ca 321,04 Vit. A 59,11 Vit. C 0,00 F 4,01 Zn 1,16 Mg 0,01	CAL 412,81 Prot 9,36 Cho 47,32 Lip 21,40 Fe 1,61 Ca 251,99 Vit. A 357,86 Vit. C 0,03 F 1,01 Zn 1,08 Mg 0,23	CAL 308,30 Prot 10,05 Cho 42,02 Lip 11,24 Fe 3,78 Ca 331,24 Vit. A 59,11 Vit. C 0,00 F 3,89 Zn 1,13 Mg 0,01
CÁLCULO NUTRICIONAL	SALADA DE PEPINO COM TOMATE ARROZ CARRETEIRO (CARNE MOÍDA, CENOURA E MILHO) FEIJÃO	SALADA DE REPOLHO A VINAGRETE OVOS MEXIDOS COM ERVILHA E BATATA ARROZ E FEIJÃO MELANCIA	SOPA DE FEIJÃO (ABOBORA, CHUCHU, MANDIOCA E REPOLHO) CARNE EM ISCA E MACARRÃO E FEIJÃO BANANA	SALADA DE ALFACE COM TOMATE SASSAMI COM ABOBORA E REPOLHO ARROZ E FEIJÃO	CARNE MOÍDA COM PTS COM ABOBRINHA E VAGEM MACARRÃO (ALHO E ÓLEO) MAÇÃ
CÁLCULO NUTRICIONAL	CAL 345,11 Prot 21,29 Cho 28,05 Lip 16,26 Fe 3,05 Ca 42,10 Vit. A 100,32 Vit. C 6,28 F 3,39 Zn 4,75 Mg 0,44	CAL 291,86 Prot 11,49 Cho 37,57 Lip 10,77 Fe 1,83 Ca 61,20 Vit. A 111,52 Vit. C 11,34 F 3,74 Zn 1,38 Mg 0,48	CAL 340,57 Prot 14,78 Cho 58,47 Lip 7,49 Fe 6,03 Ca 62,71 Vit. A 70,32 Vit. C 35,56 F 2,29 Zn 2,70 Mg 0,20	CAL 253,07 Prot 15,55 Cho 18,50 Lip 12,81 Fe 1,33 Ca 33,49 Vit. A 53,52 Vit. C 2,14 F 2,11 Zn 1,03 Mg 0,31	CAL 513,18 Prot 31,49 Cho 52,08 Lip 20,66 Fe 3,06 Ca 43,75 Vit. A 12,44 Vit. C 13,34 F 5,88 Zn 4,09 Mg 0,49

Luciane Costa
Nutricionista
CRN3-46910

Cátia Pereira
Nutricionista
CRN3 18869

DATA	01/08/2022	02/08/2022	03/08/2022	04/08/2022	05/08/2022
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
DESJEJUM	LEITE BOLINHO DE LARANJA	LEITE COM BETERRABA INHAME E MAMÃO	LEITE COM CAFÉ MANDIOCA	LEITE PÃO TIPO HOT DOG COM MANTEIGA	LEITE COM CAFÉ
CÁLCULO NUTRICIONAL	CAL 312,03 Prot 8,62 Cho 42,73 Lip 12,02 Fe 0,86 Ca 262,62 Vit. A 91,43 Vit. C 2,12 F 0,95 Zn 1,09 Mg 0,26	185,70 7,16 24,70 6,82 0,22 245,04 174,57 13,63 0,74 0,91 0,11	224,90 8,10 33,54 7,88 3,32 330,14 59,11 8,88 4,54 0,99 0,06	312,21 9,27 37,32 13,30 1,11 251,29 107,96 0,03 1,01 1,08 0,23	175,40 7,62 19,46 7,64 3,24 315,04 59,11 0,00 3,26 0,83 0,01
MERENDA	SALADA DE REPOLHO COM BETERRABA ARROZ CARRETEIRO (CARNE MOÍDA CENOURA E MILHO) FEIJÃO	SALADA BETERRABA COZIDA OVOS MEXIDOS COM ERVILHA E BATATA ARROZ E FEIJÃO MELANCIA	SALADA DE ALFACE COM TOMATE CARNE MOÍDA COM PTS COM ABOBRINHA E VAGEM MACARRÃO ALHO E ÓLEO MELÃO	SALADA DE PEPINO COM TOMATE SOBRECOXA COM ABOBORA POLENITA ARROZ E FEIJÃO	CANJA DE FRANGO COM ARROZ, BATATA, CENOURA, ABOBRINHA E SALSÃO MAÇÃ
CÁLCULO NUTRICIONAL	CAL 348,26 Prot 21,42 Cho 28,84 Lip 16,21 Fe 3,03 Ca 51,80 Vit. A 130,62 Vit. C 13,42 F 3,60 Zn 4,75 Mg 0,48	325,99 10,48 36,04 15,62 1,76 55,60 73,49 6,80 4,23 1,33 0,54	343,21 34,56 35,31 17,69 3,00 42,88 93,47 28,10 3,18 4,00 0,41	371,99 35,06 27,25 12,85 2,16 48,67 52,19 4,01 2,86 1,94 0,42	295,89 12,90 33,09 13,10 0,95 32,43 196,09 9,74 4,70 1,17 0,29

DATA		08/08/2022	09/08/2022	10/08/2022	11/08/2022	12/08/2022					
		SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA					
DESJEJUM	LEITE COM CAFÉ PÃO TIPO HOT DOG COM MANTEIGA	LEITE BOLINHO DE ABACAXI	LEITE COM BANANA E MAÇÃ	LEITE CARA COZIDO COM MANTEIGA	LEITE COM INHAME, BETERRABA E BANANA BISCOITO SALGADO						
CAL	412,91	307,83	170,50	243,50	325,30						
Prot	10,28	8,62	6,70	8,07	10,33						
Cho	47,38	42,73	19,40	38,12	47,91						
Lip	22,28	12,02	6,76	6,86	11,17						
Fe	4,79	0,86	0,06	0,50	1,26						
Ca	331,89	262,62	235,14	263,14	249,24						
Vit. A	357,86	91,43	59,11	893,87	165,63						
Vit. C	0,03	2,12	0,00	7,28	267,00						
F	4,27	0,00	0,00	1,44	267,00						
Zn	1,08	1,09	0,83	1,07	267,00						
Mg	0,23	0,26	0,01	0,54	267,00						
CÁLCULO NUTRICIONAL											
MERENDA	SOPA DE FEIJÃO COM MACARRÃO CARNE EM ISCA, BATATA, CENOURA, E REPOLHO MAÇÃ	SALADA DE REPOLHO COM TOMATE CARNE MOLIDA COM PTS MACARRÃO A PRIMAVERA (ALHO E ÓLEO, CENOURA RALADA, MILHO E ERVILHA)	SALADA DE PEPINO COM TOMATE OVOS MEXIDOS COM MILHO E BATATA ARROZ E FEIJÃO	SALADA DE ESCAROLA COM BETERRABA RALADA RISOTO DE FRANGO COM ERVILHA E ABOBRINHA MELANCIA	SALADA DE ACELGA A VINAGRETE PEIXE COM PIMENTÃO E BATATAS FAROFA DE BANANA ARROZ E FEIJÃO MELÃO						
						CAL	241,71	401,81	267,66	355,30	468,21
						Prot	12,00	34,96	10,87	23,05	30,15
						Cho	18,87	39,63	31,97	30,64	71,05
						Lip	13,47	19,51	10,79	15,64	7,23
						Fe	1,74	3,58	1,68	1,89	2,48
						Ca	45,58	35,63	57,75	55,54	86,80
						Vit. A	517,82	275,73	94,43	86,87	31,84
						Vit. C	16,64	8,12	5,88	12,44	39,82
						F	3,56	4,54	3,36	3,87	6,21
						Zn	2,64	4,83	1,30	2,32	1,58
						Mg	0,29	0,46	0,45	0,60	0,51

Luciane Costa
Nutricionista
CRN3-46910

Cátia Peves
Nutricionista
CRN3 18869

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE BERTIOGA/SP
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - (PNAE)
ESCOLA INDÍGENA - AGOSTO - 2022



DATA	15/08/2022	16/08/2022	17/08/2022	18/08/2022	19/08/2022
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
DESJEJUM	LEITE	LEITE COM CAFÉ	LEITE BISCOITO MAISENA	LEITE COM CAFÉ MILHO COZIDO	LEITE COM CAFÉ PÃO TIPO HOT DOG COM MANTEIGA
CAL	167,70	175,40	299,20	240,20	424,71
Prot	6,70	7,62	9,13	9,73	10,28
Cho	19,40	19,46	41,96	34,50	47,38
Lip	6,76	7,64	10,36	8,38	22,28
Fe	0,06	3,24	0,60	3,82	4,79
Ca	235,14	315,04	251,34	319,04	331,89
Vit. A	59,11	59,11	59,11	60,94	357,86
Vit. C	0,00	0,00	0,00	0,56	0,03
F	0,00	3,26	0,63	4,78	4,27
Zn	0,83	0,83	1,13	1,13	1,08
Mg	0,01	0,01	0,01	0,12	0,23
CÁLCULO NUTRICIONAL					
MERENDA	SALADA DE ACELGA COM BETERRABA RALADA ARROZ CARRETEIRO (CARNE MOÍDA, CENOURA E MILHO) FEIJÃO	CREME DE FRANGO COM BATATA (FLOCOS) MANDIOCA E COUVE MAÇÃ	SALADA DE PEPINO COM TOMATE OVOS MEXIDOS BATATA E CENOURA ARROZ E FEIJÃO COM ABOBORA BANANA	SALADA DE ALFACE COM TOMATE STROGONOFF DE FRANGO COM MILHO ARROZ BATATA SAUTÉ BANANA	SALADA DE ESCAROLA COM PEPINO CARNE MOÍDA COM PTS COM ABOBRINHA E VAGEM MACARRÃO ALHO E ÓLEO MELANCIA
CAL	343,81	220,01	394,80	744,65	401,64
Prot	21,45	13,69	12,48	39,92	34,42
Cho	27,50	29,21	57,51	90,89	32,11
Lip	16,24	6,17	14,12	24,93	15,37
Fe	3,05	0,84	3,86	4,09	3,02
Ca	45,50	39,13	75,50	227,34	47,08
Vit. A	90,45	109,01	206,48	105,86	46,70
Vit. C	6,73	12,24	18,37	20,32	11,52
F	3,39	4,02	3,79	2,73	3,07
Zn	4,73	0,65	1,35	3,30	4,14
Mg	0,46	6,15	0,51	0,47	0,45
CÁLCULO NUTRICIONAL					

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES EM COMUM ACORDO COM A EMPRESA E A SECRETARIA DE EDUCAÇÃO



Luciane Costa
Nutricionista
CRN3-46910



Catia Pereira
Nutricionista
CRN3 18869

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE BERTIOGA/SP
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - (PNAE)
ESCOLA INDÍGENA- AGOSTO - 2022



DATA	22/08/2022	23/08/2022	24/08/2022	25/08/2022	26/08/2022
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
DESJEJUM	LEITE COM CAFÉ	LEITE BOLINHO DE CHOCOLATE	LEITE COM CAFÉ MANDIOCA COM MANTEIGA	LEITE BISCOITO MAISENA	LEITE
CAL	179,60	292,82	366,40	274,60	164,90
Prot	7,62	10,18	7,76	7,58	6,70
Cho	19,46	42,72	51,34	39,79	19,40
Lip	7,64	9,16	15,21	8,80	6,76
Fe	3,24	1,13	0,72	0,59	0,06
Ca	315,04	248,60	270,14	197,10	235,14
Vit. A	59,11	92,51	352,77	45,47	59,11
Vit. C	0,00	0,30	58,32	0,00	0,00
F	3,26	0,70	2,72	0,63	0,00
Zn	0,83	1,20	1,05	0,94	0,83
Mg	0,01	0,13	0,06	0,00	0,01
CÁLCULO NUTRICIONAL	MERENDA SALADA DE BETERRABA E CENOURA RALADA OVOS MEXIDOS BATATA E MILHO ARROZ E FEIJÃO COM ABOBORA	SALADA DE PEPINO COM TOMATE CARNE MOIDA COM PTS MACARRÃO PRIMAVERA (ALHO E OLEO, CENOURA RALADA ERVILHA E MILHO MELANCIA	SALADA DE ALFACE COM CENOURA RALADA SOBRECOXA COM REPOLHO PURE DE BATATA ARROZ E FEIJÃO	SOPA DE LEGUMES (ABÓBORA CHUCHU, MANDIOCA, ESPINAFRE) CARNE EM ISCA, MACARRÃO BANANA	SALADA DE PEPINO COM TOMATE RISOTO DE FRANGO ERVILHA E CENOURA MAÇÃ
CAL	227,48	530,93	828,45	354,96	828,45
Prot	7,92	36,68	47,15	13,49	47,15
Cho	14,88	50,62	90,97	55,67	90,97
Lip	15,52	20,98	28,92	10,98	28,92
Fe	1,00	3,39	2,13	5,80	2,13
Ca	39,35	39,95	227,13	61,48	227,13
Vit. A	85,20	48,11	759,48	122,32	759,48
Vit. C	4,92	19,18	8,04	33,98	8,04
F	1,38	4,02	8,28	1,34	8,28
Zn	0,78	4,28	2,24	2,55	2,24
Mg	0,19	0,50	0,34	0,22	0,34
CÁLCULO NUTRICIONAL					


Luciane Costa
Nutricionista
CRN3-46910


Catia Pereira
Nutricionista
CRN3 18869

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE BERTIOGA/SP
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - (PNAE)
ESCOLA INDÍGENA- AGOSTO - 2022

Cooper

		29/08/2022	30/08/2022	31/08/2022	01/09/2022	02/09/2022
		Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
CÁLCULO NUTRICIONAL	DESJEJUM	LEITE	LEITE COM BETERRABA, INHAME E MAMÃO	LEITE COM CAFÉ BISCOITO SALGADO	LEITE PÃO TIPO HOT DOG COM MANTEIGA	LEITE CO CAFÉ BISCOITO MAISENA MANDIOCA COZIDA
	CAL	163,50	305,00	305,00	412,81	408,30
	Prot	6,70	7,10	10,65	9,36	10,53
	Cho	19,40	13,72	40,07	47,32	66,10
	Lip	6,76	6,80	11,96	21,40	11,48
	Fe	0,06	0,21	3,90	1,61	3,86
	Ca	235,14	242,54	321,04	251,99	346,44
	Vit. A	59,11	169,10	59,11	357,86	59,11
	Vit. C	0,00	133,18	0,00	0,03	8,88
	F	0,00	127,18	4,01	1,01	5,17
	Zn	0,83	127,84	1,16	1,08	1,29
	Mg	0,01	127,01	0,01	0,23	0,06
CÁLCULO NUTRICIONAL	MERENDA	SALADA DE PEPINO COM TOMATE ARROZ CARRETEIRO (CARNE MOÍDA, CENOURA E MILHO) FEIJÃO	SALADA DE BETERRABA COM CENOURA OVOS MEXIDOS COM ERVILHA E BATATA ARROZ E FEIJÃO MELANCIA	SOPA DE FEIJÃO (ABOBORA, CHUCHU, MANDIOCA E REPOLHO) CARNE EM FOLHA E MACARRÃO E FEIJÃO BANANA	SALADA DE ALFACE COM TOMATE SASSAMI COM ABOBORA E REPOLHO ARROZ E FEIJÃO	SALADA DE ESCAROLA COM TOMATE CARNE MOÍDA COM PTS COM ABOBRINHA E VAGEM MACARRÃO (ALHO E ALECRIM) MELANCIA
	CAL	345,11	291,86	460,07	356,87	522,95
	Prot	21,29	11,49	22,24	34,10	36,24
	Cho	28,05	37,57	72,36	18,50	47,55
	Lip	16,26	10,77	10,99	15,52	21,59
	Fe	3,05	1,83	7,17	1,97	3,46
	Ca	42,10	61,20	67,46	42,49	59,75
	Vit. A	100,32	111,52	70,32	58,92	67,71
	Vit. C	6,28	11,34	35,56	2,14	21,08
	F	3,39	3,74	3,10	2,11	4,51
	Zn	4,75	1,38	4,07	1,77	4,39
	Mg	0,44	0,48	0,35	0,32	0,62

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES EM COMUM ACORDO COM A EMPRESA E A SECRETARIA DE EDUCAÇÃO

Thiaine Costa
Nutricionista
CRN3-48910

Cátia Pereira
Nutricionista
CRN3-18869

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE BERTIOGA/SP
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - (PNAE)
ESTADUAL DIURNO NOTURNO e EJA MUNICIPAL -AGOSTO - 2022



DATA	01/08/2022	02/08/2022	03/08/2022	04/08/2022	05/08/2022
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
MERENDA	SALADA DE REPOLHO COM BETERRABA ARROZ CARRETEIRO (CARNE MOÍDA CENOURA E MILHO) FEIJÃO	OVOS MEXIDOS COM ERVILHA E BATATA ARROZ E FEIJÃO MELANCIA	SALADA DE ALFACE COM TOMATE CARNE MOÍDA COM PTS COM ABOBRINHA E VAGEM MACARRÃO ALHO E ÓLEO	SALADA DE PEPINO COM TOMATE SOBRECOXA COM ABOBORA POLENTA ARROZ E FEIJÃO	CANJA DE FRANGO COM ARROZ, BATATA, CENOURA, ABOBRINHA E SALSAO MAÇA
CAL	348,26	317,19	376,51	320,09	295,89
Prot	21,42	10,14	41,73	25,78	12,90
Cho	28,84	34,05	28,77	27,25	33,09
Lip	16,21	15,59	17,88	11,50	13,10
Fe	3,03	1,60	2,89	1,84	0,95
Ca	51,80	52,40	39,48	44,17	32,43
Vit. A	130,62	73,14	123,83	49,49	196,09
Vit. C	13,42	6,08	10,63	4,01	9,74
F	3,60	3,83	2,39	2,86	4,70
Zn	4,75	1,26	3,91	1,57	1,17
Mg	0,48	0,48	0,39	0,41	0,29

CÁLCULO NUTRICIONAL



Luciane Costa
Nutricionista
CRN3-46910



Catia Peters
Nutricionista
CRN3/18869

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE BERTIOGA/SP
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - (PNAE)
ESTADUAL DIURNO NOTURNO e EJA MUNICIPAL -AGOSTO - 2022



DATA	08/08/2022	09/08/2022	10/08/2022	11/08/2022	12/08/2022
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA -FEIRA	SEXTA-FEIRA
MERENDA	SOPA DE FEIJÃO COM MACARRÃO CARNE EM ISCA, BATATA, CENOURA, E REPOLHO MAÇÃ	CARNE MOÍDA COM PTS MACARRÃO A PRIMAVEIRA (ALHO E ÓLEO, CENOURA RALADA, MILHO E ERVILHA)	SALADA DE PEPINO COM TOMATE OVOS MEXIDOS COM MILHO E BATATA ARROZ E FEIJÃO	SALADA DE ESCAROLA COM BETERRABA RALADA RISOTO DE FRANGO COM ERVILHA E ABOBRINHA MELANCIA	SALADA DE REPOLHO A VINAGRETE PEIXE COM PIMENTÃO E BATATAS FAROFA DE BANANA ARROZ E FEIJÃO
CÁLCULO NUTRICIONAL					
CAL	265,91	265,11	267,66	355,30	429,51
Prot	14,42	21,46	10,87	23,05	27,26
Cho	18,87	38,84	31,97	30,64	64,40
Lip	15,02	10,99	10,79	15,64	6,95
Fe	2,02	1,98	1,68	1,89	2,28
Ca	46,38	29,23	57,75	55,54	83,40
Vit. A	517,82	267,40	94,43	86,87	26,65
Vit. C	16,64	5,58	5,88	12,44	29,76
F	3,56	4,30	3,36	3,87	5,61
Zn	3,21	1,65	1,30	2,32	1,45
Mg	0,29	0,44	0,45	0,60	0,50



Luciane Costa
Nutricionista
CRN3-46910

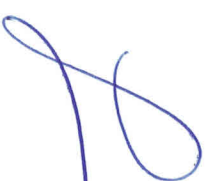


Catia Peters
Nutricionista
CRN3 18869

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE BERTIOGA/SP
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - (PNAE)
ESTADUAL DIURNO NOTURNO e EJA MUNICIPAL -AGOSTO - 2022



DATA	15/08/2022	16/08/2022	17/08/2022	18/08/2022	19/08/2022
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
MERENDA	SALADA DE ACELGA COM BETERRABA RALADA ARROZ CARRETEIRO (CARNE MOÍDA, CENOURA E MILHO) FEIJÃO	CREME DE FRANGO COM BATATA (FLOCOS) MANDIOCA E COUVE MAÇÃ PÃO HOT DOG	SALADA DE PEPINO COM TOMATE OVOS MEXIDOS BATATA E CENOURA ARROZ E FEIJÃO COM ABOBORA	SALADA DE ALFACE COM TOMATE STROGONOFF DE FRANGO COM MILHO ARROZ BATATA SAUTÉ BANANA	CARNE MOÍDA COM PTS COM ABOBRINHA E VAGEM MACARRÃO ALHO E ÓLEO MELANCIA
CÁLCULO NUTRICIONAL					
CAL	343,81	397,63	305,80	672,95	366,06
Prot	21,45	16,26	11,18	31,73	30,13
Cho	27,50	57,12	34,71	90,89	29,19
Lip	16,24	12,71	13,82	20,85	14,43
Fe	3,05	1,88	1,86	3,71	2,76
Ca	45,50	55,38	60,50	222,84	31,08
Vit. A	90,45	157,86	196,48	91,46	29,64
Vit. C	6,73	12,26	4,37	20,32	9,96
F	3,39	5,03	3,79	2,73	2,04
Zn	4,73	0,90	1,35	2,72	3,90
Mg	0,46	6,37	0,51	0,46	0,33



Luciane Costa
Nutricionista
CRN3-46910



Catia Peres
Nutricionista
CRN3 18869

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE BERTIÓGA/SP
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - (PNAE)
ESTADUAL DIURNO NOTURNO e EJA MUNICIPAL -AGOSTO - 2022



DATA	22/08/2022	23/08/2022	24/08/2022	25/08/2022	26/08/2022
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
MERENDA	SALADA DE BETERRABA E CENOURA RALADA OVOS MEXIDOS BATATA E MILHO ARROZ E FEIJÃO COM ABOBORA	CARNE MOIDA COM PTS MACARRÃO PRIMAVERA (ALHO E OLEO, CENOURA RALADA ERVILHA E MILHO	SALADA REPOLHO A VINAGRETE SOBRECOXA COM CENOURA PURE DE BATATA ARROZ E FEIJÃO	SOPA DE LEGUMES (ABÓBORA CHUCHU, MANDIOCA, ESPINAFRE) CARNE EM ISCA, MACARRÃO BANANA	SALADA DE PEPINO COM TOMATE RISOTO DE FRANGO ERVILHA E CENOURA MAÇÃ
CÁLCULO NUTRICIONAL					
CAL	149,98	466,33	723,65	354,96	723,65
Prot	1,63	31,81	28,61	13,49	28,61
Cho	14,32	38,72	90,93	55,67	90,93
Lip	10,21	20,58	26,19	10,98	26,19
Fe	0,40	3,00	1,27	5,80	1,27
Ca	14,35	26,35	217,73	61,48	217,73
Vit. A	0,53	4,53	480,51	122,32	480,51
Vit. C	4,92	6,36	15,71	33,98	15,71
F	1,38	3,07	8,10	1,34	8,10
Zn	0,25	4,09	1,51	2,56	1,51
Mg	0,18	0,41	0,30	0,22	0,30

Luciane Costa
Nutricionista
CRN3-46910

Patia Peres
Nutricionista
CRN3 18869

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE BERTIOGA/SP
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - (PNAE)
ESTADUAL DIURNO NOTURNO e EJA MUNICIPAL -AGOSTO - 2022



	29/08/2022 Segunda-Feira	30/08/2022 Terça-Feira	31/08/2022 Quarta-Feira	01/09/2022 Quinta-Feira	02/09/2022 Sexta-Feira
MERENDA	SALADA DE PEPINO COM TOMATE ARROZ CARRETEIRO (CARNE MOÍDA, CENOURA E MILHO) FEIJÃO	SALADA DE REPOLHO A VINAGRETE OVOS MEXIDOS COM ERVILHA E BATATA ARROZ E FEIJÃO MELANCIA	SOPA DE FEIJÃO (ABOBORA, CHUCHU, MANDIOCA E REPOLHO) CARNE EM ISCA E MACARRÃO E FEIJÃO BANANA	SALADA DE ALFACE COM TOMATE SASSAMI COM ABOBORA E REPOLHO ARROZ E FEIJÃO	CARNE MOÍDA COM PTS COM ABOBRINHA E VAGEM MACARRÃO (ALHO E OLEO)
CÁLCULO NUTRICIONAL					
CAL	345,11	291,86	340,57	253,07	450,78
Prot	21,29	11,49	14,78	15,55	31,17
Cho	28,05	37,57	58,47	18,50	35,51
Lip	16,26	10,77	7,49	12,81	20,46
Fe	3,05	1,83	6,03	1,33	2,91
Ca	42,10	61,20	62,71	33,49	36,55
Vit. A	100,32	111,52	70,32	53,52	9,19
Vit. C	6,28	11,34	35,56	2,14	7,82
F	3,39	3,74	2,29	2,11	3,00
Zn	4,75	1,38	2,70	1,03	4,04
Mg	0,44	0,48	0,20	0,31	0,44

Luciane Costa
Nutricionista
CRN3-46940

Cátia Peters
Nutricionista
CRN3 18869