



PREFEITURA MUNICIPAL DE VARGEM ALTA
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
2026

CARDÁPIO ENSINO INFANTIL FUNDAMENTAL INTEGRAL					
ESCOLA:					
ZONA: Urbana / Rural					
Faixa etária:					
Período:					
SEMANA 1					
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
Café da manhã (07:00 h)	Biscoito maisena Leite e achocolatado	Batida banana	Batida mamão	Bolo Suco manga	Pão sal c/ manteiga Suco abacaxi
Lanche (09:30 h)	Maça	Goiaba	Pera	Melancia	Laranja
Almoço (11:30 h)	-Canjiquinha com Batata, cenoura, - Carne moída - Maça (fruta)	Arroz/ feijão - Carne porco cubos - Purê de abobora - Salada brócolis	Arroz/ feijão - Peito frango cubos - Salada brócolis cozido	Arroz / feijão - Polenta - Carne moída refogada - Salada de tomate/alface	Arroz / feijão Macarrão com sardinha Purê batata
Lanche (14:00 h)	Quibe assado Suco de acerola	Torta frango Suco de manga	Pão com carne moída Suco de morango	Bolo fubá Suco de goiaba	Quibe assado Suco de abacaxi
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL DIÁRIA	Energia(kcal)- 622,8 CHO(g)- 156 PTN(g)- 68,1 LPD(g)- 63,2	Energia(kcal)- 819 CHO(g)- 141,5 PTN(g)- 56 LPD(g)- 15,7	Energia(kcal)- 813 CHO(g)-280 PTN(g)- 45 LPD(g)- 8,86	Energia(kcal)-1030 CHO(g)- 296 PTN(g)- 77,88 LPD(g)- 48	Energia(kcal)- 683,2 CHO(g)- 180 PTN(g)- 47,68 LPD(g)- 18,45
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL SEMANAL	ENERGIA (KCAL) 3.967	CHO (G) 800g 65% 55% a 65% do VET	PTN (G) 200 g 15% 10% a 15% do VET	LPD (G) 150g 15,8% 15% a 30% VET	
Márcia Paradella De Prá Calegario		CRN: 11100589		ASS:	



PREFEITURA MUNICIPAL DE VARGEM ALTA
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
2026

CARDÁPIO ENSINO INFANTIL FUNDAMENTAL INTEGRAL					
ESCOLA: ZONA: Urbana / Rural Faixa etária: Período:					
SEMANA 2					
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
Café da manhã (07>00 h)	Leite com achocolatado Biscoito	Vitamina de abacate	Vitamina de banana	Vitamina de biscoito	Pão com manteiga Suco de fruta
Lanche (09:30 h)	Maça	Goiaba	Pera	Melancia	Laranja
Almoço (11:30 h)	Arroz / feijão Macarrão com sardinha Purê batata	Arroz/ feijão Carne porco cubos Purê de abobora Salada brócolis	Arroz e feijão carne de boi ensopada batata doce cozida em cubos Salada pepino/tomate	Arroz e feijão carne de boi ensopada Banana terra cozida Salada pepino/tomate	Arroz/ feijão Carne porco cubos Purê de abobora Salada brócolis
Lanche (14:00 h)	Quibe assado Suco de acerola	Torta frango Suco de manga	Pão com carne moída Suco de morango	Bolo fubá Suco de goiaba	Quibe assado Suco de abacaxi
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL DIARIA	Energia(kcal)- 964,4 CHO(g)- 239 PTN(g)- 63,76 LPD(g)- 52	Energia(kcal)- 823 CHO(g)- 96,4 PTN(g)- 54,74 LPD(g)- 28,5	Energia(kcal)- 870 CHO(g)-112 PTN(g)- 47,2 LPD(g)- 14,4	Energia(kcal)-916 CHO(g)- 213 PTN(g)- 31,08 LPD(g)- 50,8	Energia(kcal)- 974 CHO(g)- 180 PTN(g)- 63 LPD(g)- 36,7
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL SEMANAL	ENERGIA (KCAL) 4.547	CHO (G) 830,4 g 65 % 55% a 65% do VET	PTN (G) 240 g 15 % 10% a 15% do VET	LPD (G0) 161 g 30 % 15% a 30% VET	
Márcia Paradella De Prá Calegario		CRN: 11100589		ASS:	



PREFEITURA MUNICIPAL DE VARGEM ALTA
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
2026

CARDÁPIO ENSINO INFANTIL FUNDAMENTAL INTEGRAL						
ESCOLA:						
ZONA: Urbana / Rural						
Faixa etária:						
Período:						
SEMANA 3						
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	
Cafê da manhã (07>00 h)	Biscoito maisena Leite e achocolatado	Batida banana	Batida mamão	Bolo Suco manga	Pão sal c/ manteiga Suco abacaxi	
Lanche (09:30 h)	Maça	Goiaba	Pera	Melancia	Laranja	
Almoço (11:30 h)	-Canjiquinha com Batata, cenoura, - Carne moída - Maça (fruta)	Arroz/ feijão Carne porco cubos Purê de abobora Salada brócolis	Arroz/ feijão Peito frango cubos Salada brócolis cozido	Arroz / feijão Polenta, carne moída refogada Salada de tomate/alface	Arroz / feijão Macarrão com sardinha Purê batata	
Lanche (14:00 h)	Quibe assado Suco de fruta	Torta frango Suco de fruta	Pão com carne moída Suco de fruta	Bolo fubá Suco de fruta	Quibe assado Suco de fruta	
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL DIARIA	Energia(kcal)- 622,8 CHO(g)- 156 PTN(g)- 68,1 LPD(g)- 63,2	Energia(kcal)- 819 CHO(g)- 141,5 PTN(g)- 56 LPD(g)- 15,7	Energia(kcal)- 813 CHO(g)-280 PTN(g)- 45 LPD(g)- 8,86	Energia(kcal)-1030 CHO(g)- 296 PTN(g)- 77,88 LPD(g)- 48	Energia(kcal)- 683,2 CHO(g)- 180 PTN(g)- 47,68 LPD(g)- 18,45	
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL SEMANAL	ENERGIA (KCAL) 3.967		CHO (G) 800g 65% 55% a 65% do VET		PTN (G) 200 g 15% 10% a 15% do VET	
				LPD (G) 150g 15,8% 15% a 30% VET		
Márcia Paradella De Prá Calegario		CRN: 11100589		ASS:		



PREFEITURA MUNICIPAL DE VARGEM ALTA
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
2026

CARDÁPIO ENSINO INFANTIL FUNDAMENTAL INTEGRAL					
ESCOLA:					
ZONA: Urbana / Rural					
Faixa etária:					
Período:					
SEMANA 4					
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
Cafê da manhã (07:00 h)	Leite com achocolatado Biscoito	Vitamina de abacate	Vitamina de banana	Vitamina de biscoito	Pão com manteiga Suco de fruta
Lanche (09:30 h)	Maça	Goiaba	Pera	Melancia	Laranja
Almoço (11:30 h)	Arroz / feijão Macarrão com sardinha Purê batata	Arroz/ feijão Carne porco cubos Purê de abobora Salada brócolis	Arroz e feijão carne de boi ensopada batata doce cozida em cubos Salada pepino/tomate	Arroz e feijão carne de boi ensopada Banana terra cozida Salada pepino/tomate	Arroz/ feijão Carne porco cubos Purê de abobora Salada brócolis
Lanche (14:00 h)	Quibe assado Suco de fruta	Torta frango Suco de fruta	Pão com carne moída Suco de fruta	Bolo fubá Suco de fruta	Quibe assado Suco de fruta
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL DIÁRIA	ENERGIA (KCAL) 4.547	CHO (G) 830,4 g 65 % 55% a 65% do VET	PTN (G) 240 g 15 % 10% a 15% do VET	LPD (G) 161 g 30 % 15% a 30% VET	
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL SEMANAL	ENERGIA (KCAL) 4.547	CHO (G) 830,4 g 65 % 55% a 65% do VET	PTN (G) 240 g 15 % 10% a 15% do VET	LPD (G) 161 g 30 % 15% a 30% VET	
Márcia Paradella De Prá Categoriario		CRN: 11100589		ASS:	



PREFEITURA MUNICIPAL DE VARGEM ALTA
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
2026

CARDAPIO ENSINO FUNDAMENTAL TARDE					
ESCOLA:					
ZONA: Urbana / Rural					
Faixa etária:					
Período:					
SEMANA 1					
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
ALMOÇO (14:00h)	- Macarrão - Carne porco - Tomate, cenoura (salada) - Mexerica (fruta)	-Canjiquinha com Batata, cenoura, - Carne moída - Maçã (fruta)	- Arroz, Feijão - File de tilápia - Purê de batata - Repolho(salada) -Laranja(fruta)	- Arroz, feijão - Polenta - Carne moída - Tomate, alface(salada) - Mexerica (fruta)	-Arroz, feijão - Carne boi - Batata doce - Pepino e tomate (salada) - -Maçã (fruta)
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL DIARIA	Energia(kcal)- 533 CHO(g)- 88,1 PTN(g)- 40,76 LPD(g)- 4,06	Energia(kcal)- 286 CHO(g)- 40 PTN(g)- 31,44 LPD(g)-14,26	Energia(kcal)- 358,6 CHO(g)-57,7 PTN(g)-16,96 LPD(g)- 2,6	Energia(kcal)- 517 CHO(g)-87,3 PTN(g)-38,72 LPD(g)- 14,9	Energia(kcal)- 483 CHO(g)- 41,3 PTN(g)- 36,24 LPD(g)- 9,76
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL SEMANAL	ENERGIA (KCAL) 2.177,6		CHO (G) 314,4g 58% 55% a 65% do VET	PTN (G) 164,12g 15% 10% a 15% do VET	LPD (G) 45,58g 18,9% 15% a 30% VET
Márcia Paradella De Prá Calegario		CRN: 11100589		ASS:	




PREFEITURA MUNICIPAL DE VARGEM ALTA
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
2026

CARDAPIO ENSINO FUNDAMENTAL TARDE					
ESCOLA:					
ZONA: Urbana / Rural					
Faixa etária:					
Período:					
SEMANA 2					
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
ALMOÇO (14:00h)	- Arroz, feijão - Macarrão - Chuchu e ovos (salada) - Pera (fruta)	-Canjiquinha com Batata, cenoura, - Carne moída - Maçã (fruta)	- Arroz, feijão - Macarrão - Sardinha - Purê batata - Melancia (fruta)	- Arroz, feijão - Batata - Frango -Banana (fruta)	- Arroz, feijão - Carne boi - Refogado batata - Brócolis (salada) -Mexerica (fruta)
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL DIÁRIA	Energia(kcal)- 627 CHO(g)- 116,3 PTN(g)- 26,9 LPD(g)- 7,5	Energia(kcal)- 286 CHO(g)- 40 PTN(g)- 31,44 LPD(g)- 14,26	Energia(kcal)- 374,2 CHO(g)- 123,4 PTN(g)- 26,96 LPD(g)- 1,75	Energia(kcal)- 432,6 CHO(g)-55 PTN(g)- 36,96 LPD(g)- 4,44	Energia(kcal)- 469,6 CHO(g)- 54,9 PTN(g)- 37,4 LPD(g)- 10,3
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL SEMANAL	ENERGIA (KCAL) 2.189,3	CHO (G) 389,6g 65% 55% a 65% do VET	PTN (G) 159,7g 15% 10% a 15% do VET	LPD (G0) 38,25g 15,7% 15% a 30% VET	
Márcia Paradella De Pré Calegario	CRN: 11100589			ASS:	




PREFEITURA MUNICIPAL DE VARGEM ALTA
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
2026

CARDAPIO ENSINO FUNDAMENTAL TARDE					
ESCOLA:					
ZONA: Urbana / Rural					
Faixa etária:					
Período:					
SEMANA 3					
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
ALMOÇO (14:00h)	-Canjiquinha com Batata, cenoura, - Carne moída - Maça (fruta)	- Arroz, feijão - Carne moída - Polenta - Brócolis (salada) - Goiaba(fruta)	- Arroz, feijão - Carne boi - Beterraba, cenoura (salada) - Melancia (fruta)	- Arroz, feijão - Banana terra cozida - Carne moída com farofa - Pepino (salada) - Maça (fruta)	- Arroz, feijão - Carne frango - Mandioca ensopada - Beterraba(salada) - Laranja (fruta)
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL DIARIA	Energia(kcal)- 286 CHO(g)- 40 PTN(g)- 31,44 LPD(g)-14,26	Energia(kcal)- 522 CHO(g)- 63 PTN(g)- 39,6 LPD(g)- 15,2	Energia(kcal)- 483 CHO(g)- 57,52 PTN(g)- 38,92 LPD(g)- 9,5	Energia(kcal)- 420,6 CHO(g)- 72,92 PTN(g)- 8,2 LPD(g)- 14,6	Energia(kcal)- 411,6 CHO(g)- 67,1 PTN(g)- 37,4 LPD(g)- 4,5
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL SEMANAL	ENERGIA (KCAL) 2.123,2		CHO (G) 140,02g 26% 55% a 65% do VET	PTN (G) 155,56g 15% 10% a 15% do VET	LPD (G) 57,98g 24% 15% a 30% VET
Márcia Paradella De Prá Calegario		CRN: 11100589		ASS: 	




PREFEITURA MUNICIPAL DE VARGEM ALTA
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
2026

CARDAPIO ENSINO FUNDAMENTAL TARDE					
ESCOLA:					
ZONA: Urbana / Rural					
Faixa etária:					
Período:					
SEMANA 4					
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
ALMOÇO (14:00h)	- Arroz, feijão - Omelete de ovo - Cenoura ralada - Maça 9fruta)	- Polenta - Carne moída - Melancia (fruta)	- Arroz, feijão - Carne frango - Ensopado mandioca - Morango (fruta)	- Arroz, feijão - Carne porco - Purê abobora - Brócolis (salada) - Melancia (fruta)	- Arroz, feijão - Carne boi - Ensopado batata - Pepino, tomate(salada) - Morango (fruta)
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL DIARIA	Energia(kcal)- 334,6 CHO(g)- 39,62 PTN(g)- 15,52 LPD(g)- 7,6	Energia(kcal)- 351 CHO(g)- 60 PTN(g)- 33,6 LPD(g)- 14,4	Energia(kcal)- 418 CHO(g)- 205 PTN(g)- 35,5 LPD(g)- 0,4	Energia(kcal)- 441 CHO(g)- 85,7 PTN(g)- 38,6 LPD(g)- 5,3	Energia(kcal)- 444,6 CHO(g)- 50,5 PTN(g)- 37,06 LPD(g)- 10,18
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL SEMANAL	ENERGIA (KCAL) 1.989,2		CHO (G) 440g 65 % 55% a 65% do VET	PTN (G) 160,28g 15% 10% a 15% do VET	LPD (G0) 46,88g 21 % 15% a 30% VET
Márcia Paradella De Prá Calegario		CRN: 11100589		ASS: 	




PREFEITURA MUNICIPAL DE VARGEM ALTA
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
2026

CARDAPIO ENSINO FUNDAMENTAL MANHA ESCOLA: ZONA: Urbana / Rural Faixa etária: Período:					
SEMANA 1					
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
ALMOÇO (09:30 h)	- Macarrão - Carne porco - Tomate, cenoura (salada) - Mexerica (fruta)	-Canjiquinha com Batata, cenoura, - Carne moída - Maçã (fruta)	- Arroz, Feijão - File de tilápia - Purê de batata - Repolho(salada) -Laranja(fruta)	- Arroz, feijão - Polenta - Carne moída - Tomate, alface(salada) - Mexerica (fruta)	-Arroz, feijão - Carne boi - Batata doce - Pepino e tomate (salada) - -Maçã (fruta)
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL DIARIA	Energia(kcal)- 533 CHO(g)- 88,1 PTN(g)- 40,76 LPD(g)- 4,06	Energia(kcal)- 286 CHO(g)- 40 PTN(g)- 31,44 LPD(g)-14,26	Energia(kcal)- 358,6 CHO(g)-57,7 PTN(g)-16,96 LPD(g)- 2,6	Energia(kcal)- 517 CHO(g)-87,3 PTN(g)-38,72 LPD(g)- 14,9	Energia(kcal)- 483 CHO(g)- 41,3 PTN(g)- 36,24 LPD(g)- 9,76
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL SEMANAL	ENERGIA (KCAL) 2.177,6		CHO (G) 314,4g 58% 55% a 65% do VET	PTN (G) 164,12g 15% 10% a 15% do VET	LPD (G) 45,58g 18,9% 15% a 30% VET
Márcia Paradella De Prá Calegario		CRN: 11100589		ASS: 	




PREFEITURA MUNICIPAL DE VARGEM ALTA
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
2026

CARDAPIO ENSINO FUNDAMENTAL MANHA					
ESCOLA:					
ZONA: Urbana / Rural					
Faixa etária:					
Período:					
SEMANA 2					
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
ALMOÇO (09:30 h)	- Arroz, feijão - Macarrão - Chuchu e ovos (salada) - Pera (fruta)	-Canjiquinha com Batata, cenoura, - Carne moída - Maçã (fruta)	- Arroz, feijão - Macarrão - Sardinha - Purê batata - Melancia (fruta)	- Arroz, feijão - Batata - Frango -Banana (fruta)	- Arroz, feijão - Carne boi - Refogado batata - Brócolis (salada) -Mexerica (fruta)
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL DIARIA	Energia(kcal)- 627 CHO(g)- 116,3 PTN(g)- 26,9 LPD(g)- 7,5	Energia(kcal)- 286 CHO(g)- 40 PTN(g)- 31,44 LPD(g)- 14,26	Energia(kcal)- 374,2 CHO(g)- 123,4 PTN(g)- 26,96 LPD(g)- 1,75	Energia(kcal)- 432,6 CHO(g)-55 PTN(g)- 36,96 LPD(g)- 4,44	Energia(kcal)- 469,6 CHO(g)- 54,9 PTN(g)- 37,4 LPD(g)- 10,3
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL SEMANAL	ENERGIA (KCAL) 2.189,3	CHO (G) 389,6g 65% 55% a 65% do VET	PTN (G) 159,7g 15% 10% a 15% do VET	LPD (G) 38,25g 15,7% 15% a 30% VET	
Márcia Paradella De Prá Calegario	CRN: 11100589		ASS: 		




PREFEITURA MUNICIPAL DE VARGEM ALTA
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
2026

CARDAPIO ENSINO FUNDAMENTAL MANHA					
ESCOLA:					
ZONA: Urbana / Rural					
Faixa etária:					
Período:					
SEMANA 3					
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
ALMOÇO (09:30 h)	-Canjiquinha com Batata, cenoura, - Carne moída - Maçã (fruta)	- Arroz, feijão - Carne moída - Polenta - Brócolis (salada) - Goiaba(fruta)	- Arroz, feijão - Carne boi - Beterraba, cenoura (salada) - Melancia (fruta)	- Arroz, feijão - Banana terra cozida - Carne moída com farofa - Pepino (salada) - Maça (fruta0	- Arroz, feijão - Carne frango - Mandioca ensopada - Beterraba(salada) - Laranja (fruta)
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL DIARIA	Energia(kcal)- 286 CHO(g)- 40 PTN(g)- 31,44 LPD(g)-14,26	Energia(kcal)- 522 CHO(g)- 63 PTN(g)- 39,6 LPD(g)- 15,2	Energia(kcal)- 483 CHO(g)- 57,52 PTN(g)- 38,92 LPD(g)- 9,5	Energia(kcal)- 420,6 CHO(g)- 72,92 PTN(g)- 8,2 LPD(g)- 14,6	Energia(kcal)- 411,6 CHO(g)- 67,1 PTN(g)- 37,4 LPD(g)- 4,5
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL SEMANAL	ENERGIA (KCAL) 2.123,2	CHO (G) 140,02g 26% 55% a 65% do VET	PTN (G) 155,56g 15% 10% a 15% do VET	LPD (G0 57,98g 24% 15% a 30% VET	
Márcia Paradella De Pré Calegario		CRN: 11100589		ASS: 	



PREFEITURA MUNICIPAL DE VARGEM ALTA
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
2026

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL MANHÃ						
ESCOLA:						
ZONA: Urbana / Rural						
Faixa etária:						
Período:						
SEMANA 4						
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	
ALMOÇO (09:30 h)	- Arroz, feijão - Omelete de ovo - Cenoura ralada - Maça 9fruta)	- Polenta - Carne moída - Melancia (fruta)	- Arroz, feijão - Carne frango - Ensopado mandioca - Morango (fruta)	- Arroz, feijão - Carne porco - Purê abobora - Brócolis (salada) - Melancia (fruta)	- Arroz, feijão - Carne boi - Ensopado batata - Pepino, tomate(salada) - Morango (fruta)	
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL DIÁRIA	Energia(kcal)- 334,6 CHO(g)- 39,62 PTN(g)- 15,52 LPD(g)- 7,6	Energia(kcal)- 351 CHO(g)- 60 PTN(g)- 33,6 LPD(g)- 14,4	Energia(kcal)- 418 CHO(g)- 205 PTN(g)- 35,5 LPD(g)- 0,4	Energia(kcal)- 441 CHO(g)- 85,7 PTN(g)- 38,6 LPD(g)- 5,3	Energia(kcal)- 444,6 CHO(g)- 50,5 PTN(g)- 37,06 LPD(g)- 10,18	
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL SEMANAL	ENERGIA (KCAL) 1.989,2		CHO (G) 440g 65 % 55% a 65% do VET		PTN (G) 160,28g 15% 10% a 15% do VET	
					LPD (G) 46,88g 21 % 15% a 30% VET	
Márcia Paradella De Prá Calegario		CRN: 11100589		ASS: 		




PREFEITURA MUNICIPAL DE VARGEM ALTA
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
2026

CARDÁPIO ENSINO INFANTIL CRECHE INTEGRAL								
ESCOLA:								
ZONA: Urbana / Rural								
Faixa etária:								
Período:								
SEMANA 1								
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA			
Café da manhã (07:00 h)	Biscoito maisena Leite e achocolatado	Batida banana	Batida mamão	Bolo Suco manga	Pão sal c/ manteiga Suco abacaxi			
Lanche (08:30 h)	Maça	Goiaba	Pera	Melancia	Laranja			
Almoço (10:00 h)	Arroz, feijão Macarrão Carne moída Salada cenoura ralada	Arroz, feijão Frango em cubos Purê batata Salada brócolis	Arroz, feijão Carne moída Polenta Salada repolho	Arroz, feijão Carne boi ensopada Batata doce cozida Salada pepino / tomate	Arroz, feijão Canjiquinha c/ batata e cenoura Carne moída			
Lanche (13:30 h)	Maça	Goiaba	Pera	Melancia	Laranja			
Jantar (15:30 h)	Arroz, feijão Macarrão Carne moída Salada cenoura ralada	Arroz, feijão Frango em cubos Purê batata Salada brócolis	Arroz, feijão Carne moída Polenta Salada repolho	Arroz, feijão Carne boi ensopada Batata doce cozida Salada pepino / tomate	Arroz, feijão Canjiquinha c/ batata e cenoura Carne moída			
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL SEMANA	Energia(kcal)-	CHO(g)	PTN(g)-	LPD(g)-	Vit. A	Vit. C (mg)	Ca	Fe
	5000 Kcal	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	(mcg)		(mg)	(mg)
		1.200 g	450%	160 g	45 mg	320 mg	450 mg	32 mg
		65%	15%	19%				
Márcia Paradella De Prá Calegario				CRN: 11100589	ASS:			




PREFEITURA MUNICIPAL DE VARGEM ALTA
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
2026

CARDAPIO ENSINO INFANTIL CRECHE INTEGRAL								
ESCOLA:								
ZONA: Urbana / Rural								
Faixa etária:								
Período:								
SEMANA 2								
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA			
Café da manhã (07>00 h)	Vitamina mamão	Biscoito sal Suco goiaba	Biscoito maisena Suco morango	Vitamina banana	Bolo Suco abacaxi			
Lanche (08:30 h)	Maça	Melancia	Maça	Pera	Banana			
Almoço (10:00 h)	Arroz, feijão Macarrão Salada cozida chuchu c/ovo	Arroz, feijão Sopinha de macarrão com batata e tomate Carne moída	Arroz, feijão Macarrão Sardinha refogada Purê de batata	Arroz, feijão Carne moída c/ batata Salada tomate	Arroz, feijão Carne porco Purê abóbora Salada pepino			
Lanche (13:30 h)	Maça	Melancia	Maça	Pera	Banana			
Jantar (15:30 h)	Arroz, feijão Macarrão Salada cozida chuchu c/ovo	Arroz, feijão Sopinha de macarrão com batata e beterraba Carne moída	Arroz, feijão Macarrão Sardinha refogada Purê de batata	Arroz, feijão Carne moída c/ batata Salada tomate	Arroz, feijão Carne porco Purê abóbora Salada pepino			
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL SEMANA	Energia(kcal)- 6000 Kcal	CHO(g) 55% a 65% do VET	PTN(g)- 10% a 15% do VET	LPD(g)- 15% a 30% do VET	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
		1.800 g	340 g	112 g	800 mg	20,2 mg	830 mg	50 mg
		65%	15%	11,4				
Márcia Paradella De Prá Calegario				CRN: 11100589		ASS: 		



PREFEITURA MUNICIPAL DE VARGEM ALTA
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
2026

CARDÁPIO ENSINO INFANTIL CRECHE INTEGRAL								
ESCOLA:								
ZONA: Urbana / Rural								
Faixa etária:								
Período:								
SEMANA 3								
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA			
Café da manhã (07:00 h)	Biscoito maisena Leite e achocolatado	Batida banana	Batida mamão	Bolo Suco manga	Pão sal c/ manteiga Suco abacaxi			
Lanche (08:30 h)	Maça	Goiaba	Pera	Melancia	Laranja			
Almoço (10:00 h)	Arroz, feijão Macarrão Carne moída Salada cenoura ralada	Arroz, feijão Frango em cubos Purê batata Salada brócolis	Arroz, feijão Carne moída Polenta Salada repolho	Arroz, feijão Carne boi ensopada Batata doce cozida Salada pepino / tomate	Arroz, feijão Canjiquinha c/ batata e cenoura Carne moída			
Lanche (13:30 h)	Maça	Goiaba	Pera	Melancia	Laranja			
Jantar (15:30 h)	Arroz, feijão Macarrão Carne moída Salada cenoura ralada	Arroz, feijão Frango em cubos Purê batata Salada brócolis	Arroz, feijão Carne moída Polenta Salada repolho	Arroz, feijão Carne boi ensopada Batata doce cozida Salada pepino / tomate	Arroz, feijão Canjiquinha c/ batata e cenoura Carne moída			
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL SEMANA	Energia(kcal)-	CHO(g)	PTN(g)-	LPD(g)-	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
	7000 kcal	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET				
		1.200 g	450 g	160 g	45 mg	320 mg	450 mg	32 mg
		65%	15%	19%				
Márcia Paradella De Prá Calegario				CRN: 11100589		ASS: 		




PREFEITURA MUNICIPAL DE VARGEM ALTA
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
2026

CARDÁPIO ENSINO INFANTIL CRECHE INTEGRAL								
ESCOLA:								
ZONA: Urbana / Rural								
Faixa etária:								
Período:								
SEMANA 4								
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA			
Café da manhã (07>00 h)	Vitamina mamão	Biscoito sal Suco goiaba	Biscoito maisena Suco morango	Vitamina banana	Bolo Suco abacaxi			
Lanche (08:30 h)	Maça	Melancia	Maça	Pera	Banana			
Almoço (10:00 h)	Arroz, feijão Macarrão Salada cozida chuchu c/ovo	Arroz, feijão Sopinha de macarrão com batata e tomate Carne moída	Arroz, feijão Macarrão Sardinha refogada Purê de batata	Arroz, feijão Carne moída c/ batata Salada tomate	Arroz, feijão Carne porco Purê abóbora Salada pepino			
Lanche (13:30 h)	Maça	Melancia	Maça	Pera	Banana			
Almoço (15:30 h)	Arroz, feijão Macarrão Salada cozida chuchu c/ovo	Arroz, feijão Sopinha de macarrão com batata e beterraba Carne moída	Arroz, feijão Macarrão Sardinha refogada Purê de batata	Arroz, feijão Carne moída c/ batata Salada tomate	Arroz, feijão Carne porco Purê abóbora Salada pepino			
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL SEMANA	Energia(kcal)- 6000 kcal	CHO(g) 55% a 65% do VET	PTN(g)- 10% a 15% do VET	LPD(g)- 15% a 30% do VET	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
		1.800 g	340 g	112 g	800 mg	20,2 mg	830 mg	50 mg
		65%	15%	11,4				
Márcia Paradella De Prá Calegario			CRN: 11100589		ASS:			




PREFEITURA MUNICIPAL DE VARGEM ALTA
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
2026

CARDAPIO ENSINO INFANTIL CRECHE MANHA								
ESCOLA:								
ZONA: Urbana / Rural								
Faixa etária:								
Período:								
SEMANA 1								
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA		QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA		
Café da manha (07>00 h)	Biscoito maisena Leite e achocolatado	Batida banana		Batida mamão	Bolo Suco manga	Pão sal c/ manteiga Suco abacaxi		
Lanche (08:30 h)	Maça	Goiaba		Pera	Melancia	Laranja		
Almoço (10:00 h)	Arroz, feijão Macarrão Carne moída Salada cenoura ralada	Arroz, feijão Frango em cubos Purê batata Salada brócolis		Arroz, feijão Carne moída Polenta Salada repolho	Arroz, feijão Carne boi ensopada Batata doce cozida Salada pepino / tomate	Arroz, feijão Canjiquinha c/ batata e cenoura Carne moída		
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL SEMANA	Energia(kcal)- 3.900 kcal	CHO(g) 55% a 65% do VET 735,5 g	PTN(g)- 10% a 15% do VET 275 g	LPD(g)- 15% a 30% do VET 85,75g	Vit. A (mcg) 36,08mg	Vit. C (mg) 264,86 mg	Ca (mg) 390 mg	Fe (mg) 26,82mg
		65 %	15%	19%				
Márcia Paradella De Prá Calegario			CRN: 11100589			ASS: 		




PREFEITURA MUNICIPAL DE VARGEM ALTA
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
2026

CARDÁPIO ENSINO INFANTIL CRECHE MANHA								
ESCOLA:								
ZONA: Urbana / Rural								
Faixa etária:								
Período:								
SEMANA 2								
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA		QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA		
Café da manha (07>00 h)	Vitamina mamão	Biscoito sal Suco goiaba		Biscoito maisena Suco morango	Vitamina banana	Bolo Suco abacaxi		
Lanche (08:30 h)	Maça	Melancia		Maça	Pera	Banana		
Almoço (10:00 h)	Arroz, feijão Macarrão Salada cozida chuchu c/ovo	Arroz, feijão Sopinha de macarrão com batata e tomate Carne moída		Arroz, feijão Macarrão Sardinha refogada Purê de batata	Arroz, feijão Carne moída c/ batata Salada tomate	Arroz, feijão Carne porco Purê abóbora Salada pepino		
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL SEMANA	Energia(kcal)- 4.406 kcal	CHO(g) 55% a 65% do VET	PTN(g)- 10% a 15% do VET	LPD(g)- 15% a 30% do VET	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
		945,92 g	175,92 g	56,31 g	682 mg	15,52 mg	770,68 mg	36,03
		65%	15%	11,4%				
Márcia Paradella De Prá Calegario			CRN: 11100589			ASS: 		



PREFEITURA MUNICIPAL DE VARGEM ALTA
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
2026

CARDAPIO ENSINO INFANTIL CRECHE MANHA								
ESCOLA:								
ZONA: Urbana / Rural								
Faixa etária:								
Período:								
SEMANA 3								
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA			
Café da manha (07>00 h)	Biscoito maisena Leite e achocolatado	Batida banana	Batida mamão	Bolo Suco manga	Pão sal c/ manteiga Suco abacaxi			
Lanche (08:30 h)	Maça	Goiaba	Pera	Melancia	Laranja			
Almoço (10:00 h)	Arroz, feijão Macarrão Carne moída Salada cenoura ralada	Arroz, feijão Frango em cubos Purê batata Salada brócolis	Arroz, feijão Carne moída Polenta Salada repolho	Arroz, feijão Carne boi ensopada Batata doce cozida Salada pepino / tomate	Arroz, feijão Canjiquinha c/ batata e cenoura Carne moída			
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL SEMANA	Energia(kcal)- 3.900 kcal	CHO(g) 55% a 65% do VET 735,5 g	PTN(g)- 10% a 15% do VET 275 g	LPD(g)- 15% a 30% do VET 85,75g	Vit. A (mcg) 36,08mg	Vit. C (mg) 264,86 mg	Ca (mg) 390 mg	Fe (mg) 26,82mg
		65 %	15%	19%				
Márcia Paradella De Prá Calegario			CRN: 11100589			ASS: 		




PREFEITURA MUNICIPAL DE VARGEM ALTA
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
2026

CARDAPIO ENSINO INFANTIL CRECHE MANHA ESCOLA: ZONA: Urbana / Rural Faixa etária: Período:								
SEMANA 4								
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA		QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA		
Café da manha (07>00 h)	Vitamina mamão	Biscoito sal Suco goiaba		Biscoito maisena Suco morango	Vitamina banana	Bolo Suco abacaxi		
Lanche (08:30 h)	Maça	Melancia		Maça	Pera	Banana		
Almoço (10:00 h)	Arroz, feijão Macarrão Salada cozida chuchu c/ovo	Arroz, feijão Sopinha de macarrão com batata e tomate Carne moída		Arroz, feijão Macarrão Sardinha refogada Purê de batata	Arroz, feijão Carne moída c/ batata Salada tomate	Arroz, feijão Carne porco Purê abóbora Salada pepino		
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL SEMANA	Energia(kcal)- 4.406 kcal	CHO(g) 196,12 55% a 65% do VET	PTN(g)- 10% a 15% do VET	LPD(g)- 15% a 30% do VET	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
		945,92 g	175,92 g	56,31 g	682 mg	15,52 mg	770,68 mg	36,03
		65%	15%	11,4%				
Márcia Paradella De Prá Calegario			CRN: 11100589			ASS:		




PREFEITURA MUNICIPAL DE VARGEM ALTA
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
2026

CARDAPIO ENSINO INFANTIL CRECHE TARDE								
ESCOLA:								
ZONA: Urbana / Rural								
Faixa etária:								
Período:								
SEMANA 1								
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA		QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA		
Almoço (13:30 h)	Arroz, feijão Macarrão Carne moída Salada cenoura ralada	Arroz, feijão Frango em cubos Purê batata Salada brócolis		Arroz, feijão Carne moída Polenta Salada repolho	Arroz, feijão Carne boi ensopada Batata doce cozida Salada pepino / tomate	Arroz, feijão Canjiquinha c/ batata e cenoura Carne moída		
Lanche (15:30 h)	Maça	Goiaba		Pera	Melancia	Laranja		
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL SEMANA	Energia(kcal)- 2.785Kkal	CHO(g) 55% a 65% do VET	PTN(g)- 10% a 15% do VET	LPD(g)- 15% a 30% do VET	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
		477 g	211 g	58,5 g	309,6 mg	188 mg	441,9	50,34
		65%	15%	18%				
Márcia Paradella De Prá Calegario			CRN: 11100589			ASS: 		



PREFEITURA MUNICIPAL DE VARGEM ALTA
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
2026

CARDÁPIO ENSINO INFANTIL CRECHE TARDE								
ESCOLA:								
ZONA: Urbana / Rural								
Faixa etária:								
Período:								
SEMANA 2								
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA		QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA		
Almoço (13:30 h)	Arroz, feijão Macarrão Salada cozida chuchu c/ovo	Arroz, feijão Sopinha de macarrão com batata e beterraba Carne moída		Arroz, feijão Macarrão Sardinha refogada Purê de batata	Arroz, feijão Carne moída c/ batata Salada tomate	Arroz, feijão Carne porco Purê abóbora Salada pepino		
Lanche (15:30 h)	Maça	Melancia		Maça	Pera	Banana		
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL SEMANA	Energia(kcal)- 2,929 kcal	CHO(g) 55% a 65% do VET	PTN(g)- 10% a 15% do VET	LPD(g)- 15% a 30% do VET	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
		470 g	154 g	33,26 g	605 mg	40,16 mg	749 mg	32,48
		62%	15%	13%				
Márcia Paradella De Prá Calegario				CRN: 11100589		ASS: 		




PREFEITURA MUNICIPAL DE VARGEM ALTA
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
2026

CARDAPIO ENSINO INFANTIL CRECHE TARDE ESCOLA: ZONA: Urbana / Rural Faixa etária: Período:								
SEMANA 3								
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA		QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA		
Almoço (13:30 h)	Arroz, feijão Macarrão Carne moída Salada cenoura ralada	Arroz, feijão Frango em cubos Purê batata Salada brócolis		Arroz, feijão Carne moída Polenta Salada repolho	Arroz, feijão Carne boi ensopada Batata doce cozida Salada pepino / tomate	Arroz, feijão Canjiquinha c/ batata e cenoura Carne moída		
Lanche (15:30 h)	Maça	Goiaba		Pera	Melancia	Laranja		
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL SEMANA	Energia(kcal)- 2.785Kkal	CHO(g) 55% a 65% do VET	PTN(g)- 10% a 15% do VET	LPD(g)- 15% a 30% do VET	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
		477 g	211 g	58,5 g	309,6 mg	188 mg	441,9	50,34
		65%	15%	18%				
Márcia Paradella De Prá Calegario			CRN: 11100589			ASS:		



PREFEITURA MUNICIPAL DE VARGEM ALTA
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
2026

CARDAPIO ENSINO INFANTIL CRECHE TARDE								
ESCOLA:								
ZONA: Urbana / Rural								
Faixa etária:								
Período:								
SEMANA 4								
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA		QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA		
Almoço (13:30 h)	Arroz, feijão Macarrão Salada cozida chuchu c/ovo	Arroz, feijão Sopinha de macarrão com batata e beterraba Carne moída		Arroz, feijão Macarrão Sardinha refogada Purê de batata	Arroz, feijão Carne moída c/ batata Salada tomate	Arroz, feijão Carne porco Purê abóbora Salada pepino		
Lanche (15:30 h)	Maça	Melancia		Maça	Pera	Banana		
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL SEMANA	Energia(kcal)- 2,929 kcal	CHO(g) 55% a 65% do VET	PTN(g)- 10% a 15% do VET	LPD(g)- 15% a 30% do VET	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
		470 g	154 g	33,26 g	605 mg	40,16 mg	749 mg	32,48
		62%	15%	13%				
Márcia Paradella De Prá Calegario			CRN: 11100589			ASS: 		



PREFEITURA MUNICIPAL DE VARGEM ALTA
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
2026

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL QUILOMBOL MANHA					
ESCOLA:					
ZONA: Urbana / Rural					
Faixa etária:					
Período:					
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
Café da Manhã (07:00 h)	Leite c/ achocolatado Biscoito sal	Pão doce c/manteiga Suco morango	Vitamina abacate	Vitamina banana	Suco abacaxi Biscoito maizena
Lanche (8:00 h)	Maça	Morango	Banana	Laranja	Melancia
Almoço (10:00 h)	Macarrão Carne porco em cubos Salada tomate picado e cenoura ralada	Canjiquinha c/ batata e cenoura carne moída salada tomate picado e /beterraba pedaços	Arroz, feijão Tilápia assada Purê de batata Salada brócolis	Arroz, feijão Polenta Carne moída Banana terra cozida Salada alface	Arroz, feijão Carne boi ensopada Batata doce cozida Salada pepino e tomate
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL DIARIA	Energia(kcal)- 433 CHO(g)- 130 PTN(g)- 41,76 LPD(g)- 5,16	Energia(kcal)- 495 CHO(g)- 92,75 PTN(g)- 38,02 LPD(g)-22	Energia(kcal)- 327.6 CHO(g)-48,2 PTN(g)-26.4 LPD(g)- 2,24	Energia(kcal)- 500 CHO(g)- 52,4 PTN(g)-37,8 LPD(g)- 1,28	Energia(kcal)- 460 CHO(g)- 53 PTN(g)- 36,3 LPD(g)- 4,7
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL SEMANAL	ENERGIA (KCAL) 2.235	CHO 375 (G) 65% 55% a 65% do VET	PTN 176(G) 15% 10% a 15% do VET	LPD (G0) 5% 15% a 30% VET	
Márcia Paradella De Prá Calegario		CRN: 11100589		ASS:	



PREFEITURA MUNICIPAL DE VARGEM ALTA
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
2026

CARDAPIO ENSINO FUNDAMENTAL QUILOMBOL TARDE

ESCOLA:

ZONA: Urbana / Rural

Faixa etária:

Período:

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
Lanche (11:00 h)	Maça	Morango	Banana	Laranja	Melancia
Almoço (13:30 h)	Macarrão Carne porco em cubos Salada tomate picado e cenoura ralada	Canjiquinha c/ batata e cenoura carne moída salada tomate picado e /beterraba pedaços	Arroz, feijão Tilápia assada Purê de batata Salada brócolis	Arroz, feijão Polenta Carne moída Banana terra cozida Salada alface	Arroz, feijão Carne boi ensopada Batata doce cozida Salada pepino e tomate
Lanche 915:30 h)	Torta frango Suco manga	Pão c/ carne moída Suco morango	Bolo fubá Leite	Canjica c/ leite	Torta carne moída Suco abacaxi
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL DIARIA	Energia(kcal)- 500 CHO(g)- 140 PTN(g)- 46,76 LPD(g)- 7,16	Energia(kcal)- 532 CHO(g)- 99 PTN(g)- 42,02 LPD(g)-2,8	Energia(kcal)- 410.6 CHO(g)-53,2 PTN(g)-30.4 LPD(g)- 4,24	Energia(kcal)- 600 CHO(g)- 59,4 PTN(g)-39,8 LPD(g)- 2,28	Energia(kcal)- 524 CHO(g)- 62 PTN(g)- 39,3 LPD(g)- 4,7
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL SEMANAL	ENERGIA (KCAL) 2.025,4	CHO 273,6(G) 53% 55% a 65% do VET	PTN 198(G) 15% 10% a 15% do VET	LPD 21,18(G0) 9,4% 15% a 30% VET	
Márcia Paradella De Prá Calegario		CRN: 11100589		ASS:	