



Prefeitura Municipal de Alcinópolis
ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL BRENO CRISÓSTOMO DUART
Cardápio de Junho a dezembro
Responsável Técnico: Karla Joiceane Nunes de Sousa CRN nº 38394
Cardápio parcial – Estudantes a partir de 01 ano de idade

Café da manhã

Segunda - feira	Pão francês, leite com fruta ou achocolatado Carboidratos: 25 (g); Proteínas: 6 (g); Lipídeos: 4 (g); Fibras: 1 (g); Vitamina A: 65,4 (mcg); Vitamina C: 39,3 (mcg); Cálcio: 129,4 (mg); Ferro: 0,9 (mg); Zinco: 0,6 (mg); Magnésio: 25 (mg); Sódio: 203,6 (mg) Kcal 158
Terça - feira	Biscoito de leite ou coco tipo rosquinha, suco de polpa de frutas Carboidratos: 35 (g); Proteínas: 3 (g); Lipídeos: 4 (g); Fibras: 1 (g); Vitamina A: 0,3 (mcg); Vitamina C: 10 (mcg); Cálcio: 29,3 (mg); Ferro: 0,9 (mg); Zinco: 0,4 (mg); Magnésio: 23,2 (mg); Sódio: 107,6 (mg) Kcal 186
Quarta - feira	Bolo, leite achocolatado Carboidratos: 49 (g); Proteínas: 9 (g); Lipídeos: 9 (g); Fibras: 1(g) Vitamina A: 48,1 (mcg); Vitamina C: 8,3 (mcg); Cálcio: 259,8 (mg); Ferro: 1,4(mg); Zinco: 1,54 (mg); Magnésio: 6,09 (mg); Sódio: 510,97 (mg) Kcal 312
Quinta - feira	Pão francês com margarina, chá (cidreira, erva doce, camomila) Carboidratos: 15 (g); Proteínas: 2 (g); Lipídeos: 4 (g); Fibras: 1 (g) Vitamina A: - (mcg); Vitamina - (mcg); Cálcio: 6,1(mg); Ferro: 0,3 (mg); Zinco: 0,2 (mg); Magnésio: 7,3 (mg); Sódio: 182,1 (mg) Kcal 108
Sexta - feira	Biscoito cream cracker, leite com fruta ou achocolatado Carboidratos: 24 (g); Proteínas: 6 (g); Lipídeos: 6 (g); Fibras: 1 (g) Vitamina A: 29,4 (mcg); Vitamina C: 3,1 (mcg); Cálcio: 117,7 (mg); Ferro: 0,5 (mg); Zinco: 0,6 (mg); Magnésio: 24,5 (mg); Sódio: 198,9 (mg) Kcal 166



Karla Joiceane N. de Sousa
Nutricionista RT
CRN³ 38394

Karla Joiceane N. de Sousa

01/09/2022



Prefeitura Municipal de Alcinoópolis
ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL BRENO CRISÓSTOMO DUART
Cardápio de Junho a dezembro
Responsável Técnico: Karla Joiceane Nunes de Sousa CRN nº 38394
Cardápio parcial – Estudantes a partir de 01 ano de idade

Semana 01 e 03

Segunda - feira	Arroz branco, farofa de carne e ovos e Feijão Carboidratos: 29 (g); Proteínas: 9 (g); Lipídeos: 3 (g); Fibras: 5 (g); Vitamina A: - (mcg); Vitamina C: - (mcg); Cálcio: 34,3 (mg); Ferro; 1,9 (mg); Zinco: 1,7 (mg); Magnésio: 34,2 (mg); Sódio: 33,5 (mg) Kcal 186
Terça - feira	Pão com carne e suco (polpa de frutas diversos sabores) Carboidratos: 29 (g); Proteínas: 7 (g); Lipídeos: 3 (g); Fibras: 1 (g); Vitamina A: 47,3 (mcg); Vitamina C: 18,2 (mcg); Cálcio: 9,9 (mg); Ferro; 1 (mg); Zinco: 1,2 (mg); Magnésio: 26,6 (mg); Sódio: 177,1 (mg) Kcal 167
Quarta - feira	Arroz carreteiro, feijão e salada de repolho com tomate Carboidratos: 17 (g); Proteínas: 9 (g); Lipídeos: 1 (g); Fibras: 5 (g) Vitamina A: 43,4 (mcg); Vitamina C: 5,7 (mcg); Cálcio: 22,5 (mg); Ferro; 1,6 (mg); Zinco: 1,2 (mg); Magnésio: 32,5 (mg); Sódio: 10,2 (mg) Kcal 113
Quinta - feira	Arroz branco, Iscas de frango com cenoura, Feijão Carboidratos: 19 (g); Proteínas: 18 (g); Lipídeos: 1 (g); Fibras: 5 (g) Vitamina A: 30,6 (mcg); Vitamina C: - (mcg); Cálcio: 18,5 (mg); Ferro; 0,8 (mg); Zinco: 0,55 (mg); Magnésio: 0,3 (mg); Sódio: 24,7 (mg) Kcal 167
Sexta - feira	Arroz branco, quibebe de carne, salada de alface, couve e tomate ou rúcula Carboidratos: 24 (g); Proteínas: 13 (g); Lipídeos: 2 (g); Fibras: 1 (g) Vitamina A: 71,7 (mcg); Vitamina C: 10 (mcg); Cálcio: 16,9 (mg); Ferro; 1,9 (mg); Zinco: 1,7 (mg); Magnésio: 27,1 (mg); Sódio: 19,8 (mg) Kcal 164



Karla Joiceane N. de Sousa
Nutricionista RT
CRN 38394

Karla J. N. de Sousa

0110918002



Prefeitura Municipal de Alcinópolis
ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL BRENO CRISÓSTOMO DUART
Cardápio de Junho a dezembro
Responsável Técnico: Karla Joiceane Nunes de Sousa CRN nº 38394
Cardápio parcial – Estudantes a partir de 01 ano de idade

Semana 02 e 04

Segunda - feira	Arroz branco, carne moída com batatas e Feijão Carboidratos: 16 (g); Proteínas: 16 (g); Lipídeos: 6 (g); Fibras: 4 (g); Vitamina A: - (mcg); Vitamina C: 0,6 (mcg); Cálcio: 19,9 (mg); Ferro: 2,5 (mg); Zinco: 3,8 (mg); Magnésio: 34,3 (mg); Sódio: 31,6 (mg) Kcal 188
Terça - feira	Arroz branco, feijão tropical (linguiça e legumes) salada de repolho com tomate Carboidratos: 18 (g); Proteínas: 9 (g); Lipídeos: 15 (g); Fibras: 5 (g); Vitamina A: 102,3 (mcg); Vitamina C: 7,0 (mcg); Cálcio: 31,4 (mg); Ferro: 1,7 (mg); Zinco: 1,3 (mg); Magnésio: 36,8 (mg); Sódio: 484,4 (mg) Kcal 239
Quarta - feira	Torta de carne com legumes Carboidratos: 7,55 (g); Proteínas: 10,2 (g); Lipídeos: 8,27 (g); Fibras: 0,01 (g) Vitamina A: 33,77 (mcg); Vitamina C: 0,08 (mcg); Cálcio: 14,57 (mg); Ferro: 0,55 (mg); Zinco: 1,24 (mg); Magnésio: 4,16 (mg); Sódio: 258 (mg) Kcal 144,78
Quinta - feira	Galinhada, feijão e salada de alface, couve, tomate ou rúcula Carboidratos: 17 (g); Proteínas: 8 (g); Lipídeos: 1 (g); Fibras: 5 (g) Vitamina A: 102,3 (mcg); Vitamina C: 6,7 (mcg); Cálcio: 25,2 (mg); Ferro: 1,3 (mg); Zinco: 0,7 (mg); Magnésio: 0,3 (mg); Sódio: 13 (mg) Kcal 109
Sexta - feira	Macarronada Carboidratos: 25 (g); Proteínas: 5 (g); Lipídeos: 1 (g); Fibras: 1 (g) Vitamina A: - (mcg); Vitamina C: - (mcg); Cálcio: 11,6 (mg); Ferro: 1,5 (mg); Zinco: 0,8 (mg); Magnésio: 11 (mg); Sódio: 9,8 (mg) Kcal 131



Karla Joiceane N. de Sousa
Nutricionista RT
CRN 38394

01/09/2022



Prefeitura Municipal de Alcinoópolis
ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL BRENO CRISÓSTOMO DUART
Cardápio de Junho a dezembro
Responsável Técnico: Karla Joiceane Nunes de Sousa CRN nº 38394
Cardápio parcial – Estudantes a partir de 01 ano de idade

FRUTAS

As frutas são distribuídas de acordo com a safra e os dias da semana não são fixos porque depende das entregas dos fornecedores da Agricultura Família

01 unidade de banana Carboidratos: 16,70 (g); Proteínas: 1,10 (g); Lipídeos: 0,13 (g); Fibras: 0,32 (g) Vitamina A: 3,25(mcg); Vitamina C: - (mcg); Cálcio: 3,9 (mg); Ferro: 0,78 (mg); Zinco: - (mg); Magnésio: - (mg); Sódio: - (mg) Kcal 72,37
01 unidade de mexerica Carboidratos: 31,24 (g); Proteínas: 1,69 (g); Lipídeos: 0,21 (g); Fibras: 3,42 (g) Vitamina A: 36,9(mcg); Vitamina C: 95,76 (mcg); Cálcio: 72 (mg); Ferro: 0,18 (mg); Zinco: 0,12 (mg); Magnésio: 18 (mg); Sódio: - (mg) Kcal 93,7
Meia pitaya Carboidratos: 12,26 (g); Proteínas: 0,78 (g); Lipídeos: 0,38 (g); Fibras: 1,4 (g) Vitamina A: 558,44(mcg); Vitamina C: 42 (mcg); Cálcio: 8,26 (mg); Ferro: 0,6 (mg); Zinco: 250 (mg); Magnésio: 253,40 (mg); Sódio: - (mg) Kcal 50
01 fatia de abacaxi Carboidratos: 12,63 (g); Proteínas: 0,54 (g); Lipídeos: 0,12 (g); Fibras: 1,4 (g) Vitamina A: 2,83(mcg); Vitamina C: 36,2 (mcg); Cálcio: 13 (mg); Ferro: 0,28 (mg); Zinco: 0,1 (mg); Magnésio: 12 (mg); Sódio: 1 (mg) Kcal 48
01 fatia de mamão Carboidratos: 28 (g); Proteínas: 2 (g); Lipídeos: - (g); Fibras: 4 (g) Vitamina A: 177,6 (mcg); Vitamina C: 188,5 (mcg); Cálcio: 59,3 (mg); Ferro: 0,6 (mg); Zinco: 0,2 (mg); Magnésio: 41,6 (mg); Sódio: 7,8 (mg) Kcal 63



Nutricionista RT
CRNⁿ 38394

Karla J.N. de Sousa
Karla Joiceane N. de Sousa
Nutricionista RT
CRNⁿ 38394

02/10/2022