



CÁLCULO DO VALOR NUTRICIONAL DO CARDÁPIO DA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PERÍODO PARCIAL (TARDE) – JUNHO – 2026

Refeição	Horário*	Creche IV (3 anos a 3 anos, 11 meses e 29 dias)	15/06 - 2ºF		16/06 - 3ºF		17/06 - 4ºF		18/06 - 5ºF		19/06 - 6ºF	
Lanche	13h15 - 14h		Leite batido com banana prata sem açúcar	Vitamina colorida (leite, banana prata e beterraba) sem açúcar Pão de batata com manteiga		Melancia descascada, sem sementes e cortada em forma de triângulo		Leite batido com banana prata e maçã sem açúcar		Salada de frutas (banana prata, laranja lima, mamão e uva) com leite integral em pó		
Colação	14h30 - 16h		Angu com frango (filé de peito) ao molho de tomate e caldo de feijão preto	Sopa de macarrão ave Maria com carne (patinho) e legumes (chuchu e batata baroa)		Macarrão ave Maria Feijão preto Frango ao molho desfiado (filé de coxa e sobrecoxa) Espinafre refogado		Arroz Feijão preto Picadinho de carne (músculo) Abóbora refogada		Sopa de feijão com frango (filé de peito), macarrão ave Maria e legumes (cenoura e batata doce)		
Média Semanal			Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	Vitaminas		Minerais (mg)			
							A (µg)	C (mg)	Ca	Fe		
			359,71	43,28	22,56	10,94	98,07	20,99	159,68	2,45		
Percentual com Relação ao VET			100%	55 a 65% do VET	10% a 15% do VET	25% a 35% do VET						
RECOMENDAÇÃO			304,00	42 a 49	8 a 11	8 a 12	63	4,0	150	1,00		
(30% das necessidades diárias para alunos de 1 a 3 anos)												

Considerando a Resolução FNDE N° 06, de 08 de maio de 2020, art. 18, § 8º: " É proibida a oferta de alimentos ultraprocessados e a adição de açúcar, mel e adoçante nas preparações culinárias e bebidas para as crianças até 3 anos de idade, conforme orientações do FNDE."

* OS HORÁRIOS DE DISTRIBUIÇÃO DAS REFEIÇÕES SÃO SUGESTÕES, QUE PODERÃO SER AJUSTADOS PELA DIREÇÃO ESCOLAR DE ACORDO COM A NECESSIDADE.

Ana Paula F. Nogueirinha
Nutricionista - CRN-4: 96-1-00085-6
Matr: 8570-7 - SEMEDE
Rio das Ostras - RJ

Érika P. M. Quintanilha
Nutricionista - CRN-4: 13100771
Matr: 21980-0 - SEMEDE
Rio das Ostras - RJ

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

Jessika Candido
Nutricionista - CRN-4: 24100668
Matr: 21825-1 - 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: 18100886
Matr: 18563-9 - SEMEDE
Rio das Ostras - RJ

Roberta de Lemos Santos
Nutricionista - CRN-4: 12100485
Matr: 17767-9 - SEMEDE
Rio das Ostras - RJ