

DIRETORIA MUNICIPAL DE EDUCACAO DE SARAPUI
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTACAO ESCOLAR- PNAE

CARDÁPIO – BERÇARIO 6 MESES A 12 MESES E.M.El Dulce Vieira do Amaral

Semana do dia 14/10/2024 A 18/10/2024

Média SEMANAL

	2º Feira 14/10	3ºFeira 15/10	4ºFeira 16/10	5º Feira 17/10	6º Feira 18/10	
Desjejum 7:00h	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	
Almoço 9:00h	Papa amassada, de macarrão, frango, batata, cenoura e acelga.	Papa salgada de arroz, carne, beterraba, abobrinha e chicória.	Papa salgada de macarrão, ovo, mandioquinha, chuchu e couve.	Papa de arroz, carne, abobrinha, tomate e escarola.	Papa de macarrão, caldo de feijão, carne, batata e beterraba.	
Colação 11:30h	Papinha de maçã	Suco de laranja	Papinha de banana	Papinha de pera	Papa de mamão	
Jantar 14:00h	Papa de arroz, caldo de feijão, carne moída, abóbora e tomate.	Papa de mandioca, frango, acelga e cenoura.	Papa de macarrão, abobrinha, carne e cenoura.	Papa de macarrão, frango, batata, cenoura e repolho.	Papa de arroz, caldo de feijão, ovo, chuchu e abobrinha.	
Lanche 15:30h	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	

FICHAS TÉCNICAS

Kcal (Dia)	720,06	796,0	722,5	685,4	549,6	694,82
Carboidratos(g)	95,5	115,3	104,1	86,4	63,0	92,86
Proteínas (g)	30,2	33,1	27,7	30,1	26,5	29,52
Lipídeos (g)	24,5	23,5	22,3	24,6	21,1	23,2
Fibras (g)	5,8	9,1	5,7	4,5	3,6	5,74
Vitamina A (mcg)	1,9	1,5	1,9	1,9	1,2	1,68
Vitamina C (mg)	83,5	66,5	191,4	65,1	49,9	91,28
Sódio (mg)	292,3	471,9	174,8	291,8	402,2	326,6
Cálcio (mg)	411,7	413,9	437,1	398,0	383,1	408,76
Ferro (mg)	7,3	7,4	7,6	7,1	6,7	7,22

Nutricionista: Daniele Idro Sbroglio **CRN:** 46038

DIRETORIA MUNICIPAL DE EDUCACAO DE SARAPUI
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTACAO ESCOLAR - PNAE

CARDÁPIO – BERÇARIO 6 MESES A 12 MESES E.M.El Dulce Vieira do Amaral

Semana do dia 21/10/2024 a 25/10/2024

Média SEMANAL

	2º Feira 21/10	3ºFeira 22/10	4ºFeira 23/10	5º Feira 24/10	6º Feira 25/10	
Desjejum 7:00h	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	
Almoço 9:00h	Papa de macarrão, carne, batata, cenoura e acelga.	Papa de macarrão, frango desfiado, mandioquinha, beterraba e chicória.	Papa de arroz, ovo, abobrinha, tomate e escarola.	Papa de macarrão, caldo de feijão, carne em cubos, abobrinha e chuchu.	Papa de arroz, caldo de feijão, frango, batata e cenoura.	
Colação 11:30h	Papa de maça	Suco de laranja e cenoura	Papa de mamão	Papinha de maça e banana	Suco de abacaxi	
Jantar 14:00h	Papa de arroz, caldo de feijão, frango, chuchu e couve.	Papa de mandioca, carne, cenoura e abobrinha.	Papa de macarrão, caldo de feijão, abóbora e frango.	Papa de arroz, batata, caldo de feijão, tomate e chicória.	Papa de macarrão, ovo, caldo de feijão, beterraba e repolho.	
Lanche 15:30h	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	

FICHAS TÉCNICAS

Kcal (Dia)	742,1	815,1	663,0	818,1	877,8	783,22
Carboidratos(g)	104,0	123,6	85,1	113,5	124,8	110,2
Proteínas (g)	33,9	32,6	27,8	31,4	43,4	33,82
Lipídeos (g)	21,9	21,5	24,2	27,4	23,3	23,66
Fibras (g)	7,6	5,7	5,3	6,8	5,3	6,14
Vitamina A (mcg)	0,6	1,5	1,9	4,1	0,9	1,8
Vitamina C (mg)	80,6	56,2	199,7	205,3	107,6	129,88
Sódio (mg)	518,4	355,2	291,5	369,9	367,4	380,48
Cálcio (mg)	418,1	409,2	430,6	445,8	433,7	427,48
Ferro (mg)	8,8	7,7	7,2	7,1	8,4	7,84

Nutricionista: Daniele Idro Sbroglio CRN:46038

DIRETORIA MUNICIPAL DE EDUCACAO DE SARAPUI
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTACAO ESCOLAR- PNAE

CARDÁPIO – BERÇARIO 6 MESES A 12 MESES E.M.EI Dulce Vieira do Amaral

Semana do dia 28/10/2024 a 01/11/2024

Média SEMANAL

	2º Feira 28/10	3ºFeira 29/10	4ºFeira 30/10	5º Feira 31/10	6º Feira 01/11	
Desjejum 7:00h	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	
Almoço 9:00h	Papa de arroz, caldo de feijão, carne em cubos desfiada, batata, cenoura e couve.	Papa de macarrão, caldo de feijão, frango, batata e beterraba.	Papa de arroz, ovos, mandioquinha, chuchu e tomate	Papa de macarrão, frango, cenoura, batata e acelga.	Papa de arroz, caldo de feijão, beterraba, frango, chuchu e chicória.	
Colação 11:30h	Papinha de mamão	Papinha de pera	Papa de banana	Suco de laranja	Papa de banana	
Jantar 14:00h	Papa de macarrão, mandioquinha, frango e chuchu.	Papa de arroz, carne, feijão, abobrinha e tomate.	Papa de macarrão, carne, caldo de feijão, chuchu e beterraba.	Papa de arroz, carne, feijão, abobrinha e cenoura.	Papa de macarrão, batata, ovo, abobrinha e couve.	
Lanche 15:30h	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	
FICHAS TÉCNICAS						
Kcal (Dia)	877,8	705,8	675,3	873,6	955,0	817,5
Carboidratos(g)	124,8	88,6	88,8	127,2	147,6	115,4
Proteínas (g)	43,4	36,0	30,1	31,7	38,2	35,88
Lipídeos (g)	23,3	23,3	22,8	27,1	24,0	24,1
Fibras (g)	5,3	9,2	7,1	7,1	9,8	7,7
Vitamina A (mcg)	0,9	1,5	1,5	3,0	2,4	1,86
Vitamina C (mg)	107,6	92,0	190,4	78,6	93,4	112,4
Sódio (mg)	367,4	470,9	469,0	478,4	488,9	454,92
Cálcio (mg)	433,7	428,0	427,5	423,2	448,1	432,1
Ferro (mg)	8,4	9,0	7,4	7,3	8,6	8,14

Nutricionista: Daniele Idro Sbroglio CRN:46038

DIRETORIA MUNICIPAL DE EDUCACAO DE SARAPUI
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTACAO ESCOLAR- PNAE

CARDÁPIO – BERÇARIO 6 MESES A 12 MESES E.M.EI Dulce Vieira do Amaral

Semana do dia 04/11/2024 a 08/11/2024

Média SEMANAL

	2º Feira 04/11	3ºFeira 05/11	4ºFeira 06/11	5º Feira 07/11	6º Feira 08/11	
Desjejum 7:00h	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	
Almoço 9:00h	Papa de arroz, feijão, carne moída, batata, cenoura e chuchu.	Papa de macarrão, frango, feijão, mandioquina, beterraba, abobrinha e couve.	Papa de arroz, feijão, frango, batata, couve e abobrinha.	Papa de arroz, feijão, carne desfiada, beterraba, cenoura e abobrinha.	Papa de arroz, feijão, frango, mandioca, chuchu e escarola.	
Colação 11:30h	Suco de laranja com cenoura	Papinha de mamão+maça	Suco de abacaxi	Papinha de banana	Papinha de mamão	
Jantar 14:00h	Papa macarrão, feijão, ovo, abóbora e beterraba	Papa arroz, feijão, carne moída e cenoura	Papa macarrão, feijão, ovos, chuchu e abóbora	Papa macarrão, feijão, carne moída, beterraba e couve.	Papa arroz, macarrão, feijão, carne desfiada, cenoura e beterraba.	
Lanche 15:30h	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	

FICHAS TÉCNICAS

Kcal (Dia)	860,8	827,9	787,7	743,3	776,6	799,26
Carboidratos(g)	128,4	118,5	109,1	109,8	99,4	113,04
Proteínas (g)	37,4	36,7	36,8	27,9	35,3	34,82
Lipídeos (g)	22,5	23,5	23,5	22,3	26,6	23,68
Fibras (g)	6,5	8,1	8,3	8,9	5,4	7,44
Vitamina A (mcg)	0,9	1,5	1,5	1,9	2,3	1,62
Vitamina C (mg)	196,4	86,3	76,8	64,4	67,8	98,34
Sódio (mg)	362,1	471,6	471,0	171,6	360,2	367,3
Cálcio (mg)	454,1	429,9	419,7	414,7	405,8	424,84
Ferro (mg)	8,3	8,9	9,0	7,4	7,6	8,24

Nutricionista: Daniele Idro Sbroglio **CRN:46038**

DIRETORIA MUNICIPAL DE EDUCACAO DE SARAPUI
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTACAO ESCOLAR- PNAE

CARDÁPIO – BERÇARIO 6 MESES A 12 MESES E.M.El Dulce Vieira do Amaral

Semana do dia 11/11/2024 a 15/11/2024

Média SEMANAL

	2º Feira 11/11	3ºFeira 12/11	4ºFeira 13/11	5º Feira 14/11	6º Feira 15/11	
Desjejum 7:00h	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	
Almoço 9:00h	Papa de macarrão, frango, batata, cenoura e caldo de feijão.	Papa de arroz, mandioquinha, carne moída, caldo de feijão e chicória.	Papa de macarrão, ovo, chuchu, mandioca e caldo de feijão	Papa de arroz, carne em cubos, abobrinha, tomate e escarola.	Papa, de macarrão, frango, beterraba, mandioquinha e couve.	
Colação 11:30h	Papa de maça	Suco de laranja	Papa de pera	Papinha de pera	Papinha de banana+mamão	
Jantar 14:00h	Papa de fubá, com carne, tomate e couve.	Papa de macarrão, frango, batata, abobrinha e cenoura.	Papa de arroz, caldo de feijão, carne, mandioquinha, chuchu e chicória.	Papa de macarrão, caldo de feijão, frango, cenoura e beterraba.	Papa de arroz, caldo de feijão, ovo, abobrinha e cenoura.	
Lanche 15:30h	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	Fórmula Infantil	

FICHAS TÉCNICAS

Kcal (Dia)	592,6	820,4	803,4	655,7	776,6	729,74
Carboidratos(g)	67,3	126,3	124,7	83,9	99,4	100,32
Proteínas (g)	29,9	27,5	27,6	29,8	35,3	30,02
Lipídeos (g)	22,6	23,6	22,2	22,7	26,6	23,54
Fibras (g)	5,1	9,6	4,7	6,4	5,4	6,24
Vitamina A (mcg)	1,5	3,0	1,9	1,5	2,3	2,04
Vitamina C (mg)	84,4	53,1	80,7	61,4	67,8	69,48
Sódio (mg)	464,6	295,8	171,6	465,8	360,2	351,6
Cálcio (mg)	395,1	417,9	417,5	393,8	405,8	406,02
Ferro (mg)	7,0	7,2	7,5	7,2	7,6	7,3

Nutricionista: Daniele Idro Sbroglio CRN:46038

DIRETORIA MUNICIPAL DE EDUCACAO DE SARAPUI
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTACAO ESCOLAR- PNAE

CARDÁPIO – MATERNAL A PARTIR DE 12 meses | E.M.El Dulce Vieira do Amaral

Semana do dia 14/10/2024 A 18/10/2024

Média SEMANAL

	2º Feira 14/10	3ºFeira 15/10	4ºFeira 16/10	5º Feira 17/10	6º Feira 18/10	
Desjejum 7:00h	Pão com margarina Leite com cacau 70%	Biscoito salgado Leite com cacau 70%	Bisnaguinha com requeijão Leite com cacau 70%	Cereal de milho iogurte de morango	Pão com requeijão Leite com cacau 70%	
Almoço 10:00h	Arroz com frango e feijão Salada: Abobrinha refogada	Arroz e feijão Carne em cubos com mandioca Fruta: Laranja	Arroz e feijão Strogonoff de frango Salada: Tomate e pepino Fruta: Banana	Arroz e feijão Carne moída com legumes Salada: Chicória	Macarrão com almondegas ao molho Fruta: Maça	
Lanche 12:00h	Bolo de fubá Suco de laranja	Torta salgada de legumes iogurte de coco	Pão de Queijo Suco de maracujá	Bolo de banana, aveia e maça.	Torta de frango Suco de abacaxi	
Jantar 15:30h	Caldo verde com couve e carne moída	Macarrão com molho de carne moída Fruta: Banana	Canja de galinha Fruta: Laranja	Macarrão com molho de frango Fruta: Maça	Arroz e feijão Ovos coloridos Salada: Tomate e pepino	

FICHAS TÉCNICAS

Kcal (Dia)	810,9	1038,3	1.006,2	856,9	992,0	940,86
Carboidratos(g)	121,1	124,3	130,7	108,5	151,5	127,22
Proteínas (g)	36,5	48,6	51,3	36,6	38,6	42,32
Lipídeos (g)	19,8	38,9	30,8	31,0	26,6	29,42
Fibras (g)	8,2	8,6	10,3	7,5	11,5	9,22
Vitamina A (mcg)	211,8	184,2	379,5	144,8	98,0	203,66
Vitamina C (mg)	44,2	58,9	50,5	16,6	28,0	39,64
Sódio (mg)	708,9	1492,1	995,8	1478,5	1.286,3	1.192,32
Cálcio (mg)	250,8	384,1	298,6	247,0	200,9	276,28
Ferro (mg)	9,0	3,6	14,5	2,8	6,2	7,22

DIRETORIA MUNICIPAL DE EDUCACAO DE SARAPUI
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTACAO ESCOLAR- PNAE

CARDÁPIO – MATERNAL A PARTIR DE 12 meses || E.M.El Dulce Vieira do Amaral

Semana do dia 21/10/2024 a 25/10/2024

Média SEMANAL

	2º Feira 21/10	3ºFeira 22/10	4ºFeira 23/10	5º Feira 24/10	6º Feira 25/10	
Desjejum 7:00h	Pão com margarina Leite com cacau 70%	Cereal de milho iogurte de coco	Bisnaguinha com requeijão Leite com cacau 70%	Biscoito doce Leite com cacau 70%	Pão com requeijão Leite com cacau 70%	
Almoço 10:00h	Arroz e feijão Empanado de frango	Arroz e feijão Ovos coloridos Salada: Alface e tomate Fruta: Abacaxi	Arroz e feijão Carne em cubos com cenoura e batata Fruta: Banana	Arroz e feijão Quibe Assado Salada: Beterraba e cenoura Fruta: Mamão	Macarrão alho e óleo com brócolis Frango Assado	
Lanche 12:00h	Arroz doce	Biscoito de polvilho Suco de abacaxi	Bolo Simples Suco de maracujá	Torta de frango Suco de laranja	Pão de queijo iogurte de morango	
Jantar 15:30h	Sopa de arroz com carne moída	Macarrão com molho de almondegas Fruta: Banana	Sopa de macarrão com legumes e frango desfiado Fruta: Mexerica	Macarrão com molho de carne de panela Fruta: Mamão	Sopa de feijão com carne moída	

FICHAS TÉCNICAS

Kcal (Dia)	883,4	738,5	925,4	875,5	837,1	851,98
Carboidratos (g)	128,0	120,01	133,0	122,8	128,1	126,38
Proteínas (g)	35,7	30,8	45,0	37,9	36,4	37,16
Lipídeos (g)	26,2	16,2	23,6	26,0	20,6	22,52
Fibras (g)	11,9	10,1	7,7	10,5	9,1	9,86
Vitamina A (mcg)	76,2	58,5	163,5	118,5	135,2	110,44
Vitamina C (mg)	28,3	55,2	58,4	10,0	27,3	35,84
Sódio (mg)	1.468,3	850,8	828,2	1.561,9	790,3	1.099,9
Cálcio (mg)	179,7	165,7	417,3	253,8	187,6	240,82
Ferro (mg)	4,5	4,9	3,7	3,2	6,9	4,64

DIRETORIA MUNICIPAL DE EDUCACAO DE SARAPUI PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTACAO ESCOLAR- PNAE						Média SEMANAL
CARDÁPIO – MATERNAL A PARTIR DE 1 ANO E.M.El Dulce Vieira do Amaral						
Semana do dia 28/10/2024 a 01/11/2024						
	2º Feira 28/10	3ºFeira 29/10	4ºFeira 30/10	5º Feira 31/10	6º Feira 01/11	
Desjejum 7:00h	Pão com margarina Leite com cacau 70%	Biscoito salgado Leite com cacau 70%	Bisnaguinha com requeijão Leite com cacau 70%	Cereal de milho iogurte de morango	Pão com requeijão Leite com cacau 70%	
Almoço 10:00h	Macarrão com molho de carne moída	Arroz e feijão Carne em cubos com mandioca Salada: Alface e tomate Fruta: Banana	Arroz e stroganoff de carne Batata Palha Fruta: Laranja	Arroz e frango com batata	Canja de galinha Fruta: Mamão	
Lanche 12:00h	Bolo de fubá Suco de maracujá	Torta de frango Suco de melancia	Pão de queijo Suco de Mamão	Bolo de banana, aveia e maça.	Bolo chocolate Suco de laranja	
Jantar 15:30h	Canja de galinha	Macarrão com molho de carne moída Fruta: Laranja	Risoto de frango com salada de cenoura	Macarrão com molho de frango Fruta: Mamão	Sopa de mandioca Fruta: Banana	
FICHAS TÉCNICAS						
Kcal (Dia)	883,4	738,5	925,4	875,5	837,1	851,98
Carboidratos (g)	128,0	120,1	133,0	122,8	128,1	126,4
Proteínas (g)	6,5	30,8	45,0	37,9	36,4	31,32
Lipídeos (g)	26,2	16,2	23,6	26,0	20,6	22,52
Fibras (g)	11,9	10,1	7,7	10,5	9,1	9,86
Vitamina A (mcg)	76,2	58,5	163,5	118,5	135,2	110,38
Vitamina C (mg)	28,3	55,2	58,4	10,0	27,3	35,84
Sódio (mg)	1.468,3	850,8	828,2	1.561,9	790,3	1.099,9
Cálcio (mg)	179,7	165,7	417,3	253,8	187,6	251,62
Ferro (mg)	4,5	4,9	3,7	3,2	6,9	4,64
DIRETORIA MUNICIPAL DE EDUCACAO DE SARAPUI						

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE						Média SEMANAL
CARDÁPIO – MATERNAL A PARTIR DE 1 ANO E.M.El Dulce Vieira do Amaral						
Semana do dia 04/11/2024 a 08/11/2024						
	2º Feira 04/11	3ºFeira 05/11	4ºFeira 06/11	5º Feira 07/11	6º Feira 08/11	
Desjenu m 7:00h	Pão com margarina Leite com cacau 70%	Cereal de milho logurte de coco	Bisnaguinha com requeijão Leite com cacau 70%	Biscoito doce Leite com cacau 70%	Pão com requeijão Leite com cacau 70%	
Almoço 10:00h	Arroz e feijão Strogonoff de carne Fruta: Goiaba	Macarrão com molho de almondega Fruta: Maça	Arroz e feijão Quibe Assado Salada: Alface e tomate Fruta: Abacaxi	Arroz e feijão Omelete de forno com legumes Salada: Pepino Fruta: Banana	Arroz e feijão Linguíça assada com batata Salada: Cenoura e beterraba	
Lanche 12:00h	Bolo de cenoura Suco de abacaxi	Pão de queijo Suco de maracujá	Bolo de chocolate Suco de melancia	Torta de frango Suco de abacaxi	Bolo pão de ló Vitamina de frutas	
Jantar 15:30h	Sopa de feijão com batata e carne moída	Arroz com frango Fruta: Abacaxi	Sopa de abóbora com frango desfiado Fruta: Banana	Macarrão alho e óleo com brócolis Frango Assado	Sopa de fubá com carne moída Fruta: Maça	
FICHAS TÉCNICAS						
Kcal (Dia)	837,1	1.003,7	988,5	952,9	1.100,8	976,6
Carboidra tos(g)	128,1	126,0	122,0	116,0	157,3	129,88
Proteínas (g)	4,8	50,6	33,3	54,4	44,7	37,56
Lipídeos (g)	20,6	33,3	41,8	29,9	33,3	31,78
Fibras (g)	9,1	7,6	9,1	8,6	11,3	9,14
Vitamina A (mcg)	135,2	109,8	220,4	120,7	63,4	129,9
Vitamina C (mg)	27,3	60,5	44,3	16,6	32,2	36,2
Sódio (mg)	790,3	798,8	1.566,3	1.492,7	1.227,1	1.175,04
Cálcio (mg)	187,6	281,9	371,2	249,5	198,6	257,76

DIRETORIA MUNICIPAL DE EDUCACAO DE SARAPUI PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTACAO ESCOLAR- PNAE CARDÁPIO – MATERNAL A PARTIR DE 1 ANO E.M.El Dulce Vieira do Amaral Semana do dia 11/11/2024 a 15/11/2024						Média SEMANAL
	2º Feira 11/11	3ºFeira 12/11	4ºFeira 13/11	5º Feira 14/11	6º Feira 15/11	
Desjejum 7:00h	Pão com margarina Leite com cacau 70%	Biscoito salgado Leite com cacau 70%	Bisnaguinha com requeijão Leite com cacau 70%	Cereal de milho iogurte de morango	Pão com requeijão Leite com cacau 70%	
Almoço 10:00h	Arroz e feijão e empanado de peixe	Risoto de frango e feijão Salada: Repolho Fruta: Maça	Macarrão com molho de carne moída Fruta: Banana	Arroz e strogonoff de frango Salada: Rúcula Fruta: Laranja	Arroz e feijão Carne moída com legumes Salada: Alface e tomate	
Lanche 12:00h	Bolo pão de ló e suco de laranja	Pão de queijo iogurte de coco	Bolo de laranja Suco de melancia	Bolo de aveia, maça e banana	Torta de frango Suco de maracujá	
Jantar 15:30h	Sopa de macarrão com legumes e frango	Macarrão com molho de carne moída Fruta: Banana	Sopa de mandioca	Canja de galinha Fruta: Maça	Macarrão com molho de frango Fruta: Laranja	
FICHAS TÉCNICAS						
Kcal (Dia)	810,9	1.038,3	1.006,2	856,9	992,0	940,86
Carboidratos(g)	121,1	124,3	130,7	108,5	151,5	127,22
Proteínas (g)	36,5	48,6	51,3	36,6	38,6	42,32
Lipídeos (g)	19,8	38,9	30,8	31,0	26,6	29,42
Fibras (g)	8,2	8,6	10,3	7,5	11,5	9,22
Vitamina A (mcg)	211,8	184,2	379,5	144,8	98,0	203,66
Vitamina C (mg)	44,2	58,9	50,5	16,6	28,0	39,64
Sódio (mg)	708,9	1.492,1	995,8	1.478,5	1.286,3	1.192,32
Cálcio (mg)	250,8	384,1	298,6	247,0	200,9	276,28
Ferro (mg)	9,0	3,6	14,5	2,8	6,2	7,22