CARDÁPIO – CRECHE ZONA - URBANA FAIXA ETÁRIA (1 a 3 anos) - PERÍODO (PARCIAL E INTEGRAL)

Agosto/	'2023
---------	--------------

		<i>F</i>	Agosto/2023								
2º FEIRA 31/07	3	3ªFEIRA 01/08	4ª FEIRA 02/08				6ª FEIRA 05/08				
Fruta Chá Pão com ovos mexidos	Virado d	Fruta Chá e feijão com ovos mexidos	Leite com ba	nana e maçã	Leite com ba e ma	nana e aveia amão	Leite com bana	n cacau e ana			
Salada Carne moída em molho Espaguete alho e óleo Arroz. Feijão	Salada Ensopado de carne bovina com mandioca Arroz. Feijão				com mandioca Bifinho em tiras Batata cozida		Carne suína acebolada Batata doce cozida				
Fruta		Fruta	F	ruta	Fri	uta	Fru	ita			
Sopa de legumes (cenoura, chuchu, abobrinha e batata), carne bovina, macarrão letrinhas	Polenta	Salada a com frango em molho	_		Arroz carre	teiro (carne	argolinha,	legumes e			
Fruta		Fruta	F	-ruta	Fri	uta	Fru	ita			
_	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)			
		VET	do VET	VET	, 0,						
	915 kcal	158 g 70%	39g 17%	14g 14%	749	38	171	9,1			
	Fruta Chá Pão com ovos mexidos Salada Carne moída em molho Espaguete alho e óleo Arroz. Feijão Fruta Sopa de legumes (cenoura, chuchu, abobrinha e batata), carne bovina, macarrão letrinhas	Fruta Chá Pão com ovos mexidos Salada Carne moída em molho Espaguete alho e óleo Arroz. Feijão Fruta Sopa de legumes (cenoura, chuchu, abobrinha e batata), carne bovina, macarrão letrinhas Fruta Sição nutricional dia Semanal) Energia (Kcal)	2ª FEIRA 31/07 Fruta Chá Pão com ovos mexidos Salada Carne moída em molho Espaguete alho e óleo Arroz. Feijão Fruta Sopa de legumes (cenoura, chuchu, abobrinha e batata), carne bovina, macarrão letrinhas Fruta Sição nutricional dia Semanal) 2ª FEIRA 01/08 Fruta Fruta Fruta Chá Virado de feijão com ovos mexidos Salada Ensopado de carne bovina com mandioca Arroz. Feijão Fruta Salada Polenta com frango em molho Fruta Energia (Kcal) CHO (g) 55% a 65% do VET 915 kcal 158 g	2ª FEIRA 31/07 Fruta Chá Pão com ovos mexidos Salada Carne moída em molho Espaguete alho e óleo Arroz. Feijão Fruta Sopa de legumes (cenoura, chuchu, abobrinha e batata), carne bovina, macarrão letrinhas Fruta Sição nutricional dia Semanal) 2ª FEIRA 31/07 01/08 Guirerinha Fruta Fruta Sopa de legumes (cenoura, chuchu, abobrinha e batata), carne bovina, macarrão letrinhas Fruta Sição nutricional dia Semanal) Energia (Kcal) Sª FEIRA 01/08 Fruta Fruta Fruta Salada Polenta com frango em molho Fruta Fruta	2ª FEIRA 31/07 Pruta Chá Pão com ovos mexidos Salada Carne moída em molho Espaguete alho e óleo Arroz. Feijão Fruta Sopa de legumes (cenoura, chuchu, abobrinha e batata), carne bovina, macarrão letrinhas Fruta Sopa de legumes (renoura, chuchu, abobrinha e batata), carne bovina, macarrão letrinhas Fruta Energia (Kcal) Energia (Kcal) Energia (Kcal) SªFEIRA 01/08 Pruta Fruta Fruta Fruta Biệtinho em tiras Batata cozida Arroz. Feijão Arroz. Feijão Quirerinha com carne suína Polenta com frango em molho Energia (Kcal) 55% a 65% do VET 915 kcal 158 g 39g 14g	2ª FEIRA 31/07 01/08 02/08 03/08 Fruta Chá Pão com ovos mexidos Salada Carne moída em molho Espaguete alho e óleo Arroz. Feijão Fruta Sopa de legumes (cenoura, chuchu, abobrinha e batata), carne bovina, macarrão letrinhas Fruta Fru	Salada Carne moída em molho Espaguete alho e óleo Arroz. Feijão Fruta Fruta Fruta Fruta Sopa de legumes (cenoura, chuchu, abobrinha e batata), carne bovina, macarrão letrinhas Fruta Fruta Fruta Fruta Fruta Eite com banana e maçã Pruta Leite com banana e maçã Pao de queijo Batata cozida Salada Salada	2ª FEIRA 31/07 01/08 01/08 02/08 03/08 05/08 Fruta Chá Pão com ovos mexidos Salada Carne moída em molho Espaguete alho e éleo Arroz. Feijão Fruta Sopa de legumes (cenoura, chuchu, abobrinha e batata), carne bovina, macarrão letrinhas Fruta Fruta Sopa de legumes (renoura, chuchu, abobrinha e botata), carne bovina, carne bovina, molho Fruta Frut			

CARDÁPIO – CRECHE

FAIXA ETÁRIA (6 a 11 meses) – <u>Consistência: Alimentos amassados- 6 meses/amassados com pedaços a partir 8 meses</u> PERÍODO (PARCIAL E INTEGRAL)

Agosto/2023											
Refeição/horário	2ª FEIRA	3:	ºFEIRA	4 ª	FEIRA	<u>5ª</u>	FEIRA	6ª FEIRA			
	31/07	(01/08	0	2/08	03	3/08	05/08			
Desjejum 8h	Leite formulado/leite	Leite fo	ormulado/leite	Leite for	mulado/leite	Leite fo	ormulado/leite	Leite form	ulado/leite		
	materno	ı	materno	m	aterno	r	materno	mat	erno		
Lanche da manhã 9h	Papa de fruta	Pa _l	pa de fruta	Papa	de fruta	Pap	oa de fruta	Papa d	le fruta		
Almoço	Salada Carne moída em	Encopado	Salada o de carne bovina		alada o em tiras	Carnos	Salada Carne suína acebolada		ada m molho		
Papa salgada	molho	•	n mandioca		ta cozida		a doce cozida		enta		
10:30h	Espaguete alho e		roz. Feijão		z. Feijão		oz. Feijão		Feijão		
	óleo	, Ai	102. 1 Cija0	Allo	2. 1 Cijao	Aire	72. i cijao	AITO2.	reijao		
	Arroz. Feijão										
Lanche da tarde I	Leite formulado/leite	Leite fo	ormulado/leite	Leite for	mulado/leite	Leite fo	ormulado/leite	Leite formulado/le			
13:15h	materno	ı	materno	ma	aterno	r	materno	mat	erno		
Jantar	Sopa de legumes		Salada	S	alada	9	Salada Sopa de feijão		e feijão,		
15h	(cenoura, chuchu,	Polenta	com frango em	Quirerinha	com carne suína		arreteiro (carne		argolinha,		
	abobrinha e batata),		molho			moída	com legumes)		s e carne		
	carne bovina, macarrão letrinhas							mo	oída		
Lanche da tarde II	Papa de fruta	Pai	pa de fruta	Pana	de fruta	Par	oa de fruta	Pana c	le fruta		
Papa de fruta 16 h	, apa aca.a	. 4				. 4.1					
•	o nutricional	Energia	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A	Vit. C (mg)	Ca	Fe		
(Média S	Semanal)	(Kcal)	55% a 65%	10% a	15% a 30%	(mcg)		(mg)	(mg)		
			do VET	15% do VET	do VET						
		702	104g 69%	27g 18%	9g 13%	903	16,3	99,6	6,8		

CARDÁPIO – CRECHE ZONA - URBANA FAIXA ETÁRIA (1 a 3 anos) PERÍODO (PARCIAL E INTEGRAL)

Refeição/horário	2ª FEIRA 07/08	:	3ªFEIRA 09/08		FEIRA 0/08	5ª FEII 11/08		6ª FEIRA 12/08			
Lanche da manhã/ 8:30h	Fruta Chá Farofa de ovos		Fruta te com cacau com manteiga	Fruta Chá Torta de frango		Chá		Fro Leite com ba	Fruta Leite com banana e aveia Pão de queiijo		ita i cacau e ana e maçã
Almoço/ 10:30h	Salada Carne moída em molho Purê de batatas Arroz. Feijão	Ma	Salada ngo em molho ndioca cozida rroz. Feijão	Salada Ensopado de carne bovina com batata, cenoura e abobrinha Arroz. Feijão		Ensopado de carne bovina com batata, cenoura e abobrinha		Frango aceb Batata do	Salada Frango em tiras acebolado Batata doce assada Arroz. Feijão		da a picadinha alho e óleo Feijão
Lanche da tarde - 13:15h	Fruta		Fruta	F	ruta	Fr	uta	Fru	ita		
Jantar 15h	Sopa de feijão, macarrão cabelo de anjo, legumes e frango		Salada com carne moída em molho	Risoto de	alada e frango com gumes	Quirerinha	Salada Quirerinha com carne suína		Quirerinha com carne		egumes, nacarrão ninha
Lanche da tarde II 16 h	Fruta		Fruta	F	ruta	Fro	uta	Fru	ta		
•	sição nutricional dia Semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do	PTN (g) 10% a 15%	LPD (g) 15% a 30% do	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)		
		900 kcal	VET 155 g 70%	do VET 39g 17%	VET 14g 14%	749	38	171	9,1		

CARDÁPIO – CRECHE

FAIXA ETÁRIA (6 a 11 meses) – <u>Consistência: Alimentos amassados- 6 meses/amassados com pedaços a partir 8 meses</u> PERÍODO (PARCIAL E INTEGRAL)

	Agosto/2023											
Refeição/horário	2ª FEIRA 07/08	_	ªFEIRA 09/08		4º FEIRA 10/08		FEIRA 1/08	6ª FEIRA 12/08	\			
Desjejum 8h	Leite formulado/leite materno		ormulado/leite materno		Leite formulado/leite materno		ormulado/leite materno		ulado/leite erno			
Lanche da manhã 9h	Papa de fruta	Pa	pa de fruta	Papa	de fruta	Pa	Papa de fruta		de fruta			
Almoço Papa salgada 10:30h	Salada Carne moída em molho Purê de batatas Arroz. Feijão	Mar	Salada go em molho ndioca cozida roz. Feijão	Salada Salada Ensopado de carne bovina com batata, cenoura e abobrinha Arroz. Feijão Salada Frango em tiras acebolado Batata doce assada Arroz. Feijão		nolho Ensopado de carne bo ozida com batata, cenoura ão abobrinha		Ensopado de carne bovina com batata, cenoura e abobrinha		Batata doce assada		lada a picadinha alho e óleo . Feijão
Lanche da tarde I 13:15h	Leite formulado/leite materno		ormulado/leite materno		mulado/leite aterno		ormulado/leite materno		ulado/leite erno			
Jantar 15h	Sopa de feijão, macarrão cabelo de anjo, legumes e frango		Salada com carne moída m molho	Risoto de	alada e frango com gumes	Salada Quirerinha com carne suína		frango, i	legumes, macarrão hinha			
Lanche da tarde II Papa de fruta 16 h	Papa de fruta	Pa	pa de fruta	Papa	de fruta	Pa	pa de fruta	Рара с	de fruta			
•	o nutricional Semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)			
		700	104g 69%	27g 18%	9g 13%	903	16,3	99,6	6,8			

CARDÁPIO – CRECHE ZONA - URBANA FAIXA ETÁRIA (1 a 3 anos) PERÍODO (PARCIAL E INTEGRAL)

Agosto/2023	Ago	sto/	20	23
-------------	-----	------	----	----

Agosto/2023											
Refeição/horário	2ª FEIRA 14/08		3ªFEIRA 15/08		FEIRA 6/08	5ª FEIR/ 17/08	4	6ª FEIRA 18/08			
Lanche da manhã/ 8:30h	Fruta Leite com cacau Pão com manteiga e queijo mussarela		Fruta Chá te de forno com ımes e queijo	Fruta Leite com banana e maçã Pão de queijo		Leite com banana e maçã		Frut Leite com b aveia e m Bolo banana	oanana e namão	Fru Leite com ban Pão com I	n cacau e ana
Almoço/ 10:30h	Salada Carne moída em molho Mandioca cozida Arroz. Feijão	legumes abrol	(batata, cenoura, Espaguete alho e óleo prinha, chuchu) Arroz. Feijão		Ensopado de frango com Paleta bovina na pressão Carne bovina em molho Espaguete alho e óleo Batata doce cozida		Paleta bovina na pressão (Espaguete alho e óleo		Salad Frango ei Bolii Arroz.	m molho nho	
Lanche da tarde - 13:15h	Fruta		Fruta	ı	Fruta	Frut	a	Fru	ta		
Jantar 15h	Sopa de legumes (cenoura, chuchu, abobrinha e batata), carne bovina, macarrão letrinhas		Salada carreteiro (carne a com legumes)	Quirerinha	alada com frango em nolho	Polenta co	Salada Polenta com carne moída em molho		Polenta com carne		o, macarrão legumes e moída
Lanche da tarde II 16 h	Fruta		Fruta	I	Fruta	Frut	a	Fru	ta		
· ·	ição nutricional dia Semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)				
		910 kcal	150 g 70%	39g 17%	14g 14%	749	38	171	9,1		

CARDÁPIO – CRECHE

FAIXA ETÁRIA (6 a 11 meses) – <u>Consistência: Alimentos amassados- 6 meses/amassados com pedaços a partir 8 meses</u> PERÍODO (PARCIAL E INTEGRAL)

Refeição/horário										
neieiçao/ilorario	2ª FEIRA		ºFEIRA	4ª	FEIRA	5ª F	EIRA	6ª FEIRA	1	
	14/08	-	15/08	1	6/08	17/	'08	18/08		
Desjejum 8h	Leite formulado/leite	Leite fo	ormulado/leite	Leite for	mulado/leite	Leite for	rmulado/leite	Leite form	ulado/leite	
.,	materno	ı	materno	ma	aterno	m	naterno	mat	erno	
Lanche da manhã 9h	Papa de fruta	Papa de fruta Papa de fruta		Papa de fruta		Papa de fruta		le fruta		
Almoço Papa salgada 10:30h	Salada Carne moída em molho Mandioca cozida Arroz. Feijão	Salada Ensopado de frango com legumes (batata, cenoura, abrobrinha, chuchu) Arroz. Feijão		Salada Salada Paleta bovina na pressão Carne bovina em molho Espaguete alho e óleo Batata doce cozida Arroz. Feijão Arroz. Feijão		Ensopado de frango com legumes (batata, cenoura, abrobrinha, chuchu) Paleta bovina na pressão Espaguete alho e óleo Arroz. Feijão Carne bovina em molho Batata doce cozida Arroz. Feijão		Carne bovina em molho Batata doce cozida		lada m molho nho Feijão
Lanche da tarde I 13:15h	Leite formulado/leite materno		ormulado/leite materno		mulado/leite aterno		Leite formulado/leite materno		ulado/leite erno	
Jantar 15h	Sopa de legumes (cenoura, chuchu, abobrinha e batata), carne bovina, macarrão letrinhas		Salada z carreteiro (carne ída com legumes)	Quirerinha	alada com frango em nolho	Salada Polenta com carne moída em molho		macarrão legumes	e feijão, argolinha, s e carne ída	
Lanche da tarde II Papa de fruta 16 h	Papa de fruta	Pa _l	pa de fruta	Papa	de fruta	Pap	a de fruta	Рара с	le fruta	
•	nutricional	Energia	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A	Vit. C (mg)	Ca	Fe	
(Média S	(Média Semanal)		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	(mcg)		(mg)	(mg)	
			100g 69%	28g 18%	9g 13%	903	16,3	99,6	6,8	

CARDÁPIO – CRECHE ZONA - URBANA FAIXA ETÁRIA (1 a 3 anos)

PERÍODO (PARCIAL E INTEGRAL)

				Agosto/2023							
Refeição/horário	2ª FEIRA	3ªF	EIRA	4ª FEI	RA	5ª FEIRA		ϵ	5ª FEIRA		
	21/08	22	2/08	23/0	8	24/08			25/08		
Lanche da manhã/ 8:30h	Fruta Leite com cacau Pão com manteiga	Leite com b	ruta anana e aveia e queijo	Fruta Chá Farofinha d		Fruta Leite com mam banana Pão caseiro com mexidos			Fruta Leite com cacau Bolo de banana e caca		
Almoço/ 10:30h	Salada Carne moída em molho Mandioca cozida Arroz. Feijão	Carne suír acel Batata d	lada na picadinha polada oce cozida r. Feijão	Salad Frango em Macarrão all Arroz. Fo	molho no e óleo	Salada Ensopado de co bovina com lego (batata, abobri cenoura) Arroz. Feijã	umes nha,	E	Salada Bifinho acebolado Purê de batata Arroz. Feijão		
Lanche da tarde - 13:15h	Fruta		Fruta	Fruta	a	Fruta			Fruta		
Jantar 15h	Sopa de feijão, macarrão letrinhas, batata, cenoura e carne bovina	Polenta co	lada m frango em olho	Salac Quirerinha com		Salada Risoto de frango legumes	o com	cenou	_		
Lanche da tarde II 16 h	Fruta	Fı	ruta	Fruta	a	Fruta			Fruta		
•	ăo nutricional ı Semanal)	Energia (Kcal) 936 kcal	55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET 41g	15% a 30% o VET 14g	Vit. A (mcg)	(m			Fe (mg) 9,1	
			70%	17%	14%						

CARDÁPIO – CRECHE

FAIXA ETÁRIA (6 a 11 meses) – <u>Consistência: Alimentos amassados- 6 meses/amassados com pedaços a partir 8 meses</u> PERÍODO (PARCIAL E INTEGRAL)

- 6 . ~ // / .				<u> </u>					
Refeição/horário	2ª FEIRA		3ªFEIRA	4 ª	FEIRA	5ª F	EIRA	6ª FEIRA	١
	21/08		22/08	2	3/08	24	/08	25/08	
Desjejum 8h	Leite formulado/leite	Leite f	ormulado/leite	Leite for	mulado/leite	Leite fo	rmulado/leite	Leite form	ulado/leite
	materno		materno	ma	aterno	materno		materno	
Lanche da manhã 9h	Papa de fruta	Pa	pa de fruta	Papa	de fruta	Pap	Papa de fruta		aveia com
									iana
Almoço	Salada		Salada		alada		Salada		ada
Papa salgada	Carne moída em		suína picadinha		em molho		de carne bovina		cebolado
10:30h	molho		icebolada		o alho e óleo	_	umes (batata,		e batata
10.5011	Mandioca cozida		a doce cozida	Arro	z. Feijão		nha, cenoura)	Arroz.	Feijão
	Arroz. Feijão	Ar	roz. Feijão			Arro	oz. Feijão		
Lanche da tarde I	Leite formulado/leite	Leite f	ormulado/leite	Leite for	mulado/leite	Leite fo	Leite formulado/leite Le		ulado/leite
13:15h	materno		materno		aterno		naterno		erno
Jantar	Sopa de feijão,		Salada	S	alada	9	Salada Sopa de legum		legumes
15h	macarrão letrinhas,	Polenta	com frango em	Quirerinha d	com carne suína	Risoto d	le frango com	(abobrinha, cenoi	
13	batata, cenoura e		molho			le	egumes		macarrão
	carne bovina								njo e carne
									ngo)
Lanche da tarde II Papa de fruta 16 h	Papa de fruta	Pa	pa de fruta	Papa	de fruta	Pap	a de fruta	Рара с	le fruta
	nutricional	Energia	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A	Vit. C (mg)	Са	Fe
(Média S	Semanal)	(Kcal)	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	(mcg)		(mg)	(mg)
		670	99g 69%	27g 18%	9g 13%	903	16,3	99,6	6,8

CARDÁPIO – CRECHE ZONA - URBANA FAIXA ETÁRIA (1 a 3 anos) PERÍODO (PARCIAL E INTEGRAL)

Refeição/horário	2ª FEIRA	295	EIRA	4ª FEI	РΛ	5	ª FEIRA		6ª FEIRA		
, ,											
	28/08		9/08	30/0			31/08		01/09		
Lanche da			ruta	Frut			Fruta		Fruta		
manhã/ 8:30h			Chá	Leite com			Chá		Leite c/ ba		
		Pão case	iro com ovos	Pão com m	anteiga	Vir	ado de feijão (com	Bolo de maçã	í e aveia	
		m	exidos				ovos mexidos	;			
Almoço/		S	alada	Salad	da		Salada		Salada	3	
10:30h	Formação pedagógica	Carne mo	ída em molho	Bifinho acebolado		F	rango em mol	ho	Carne suína p	icadinha	
10.3011		Po	olenta	Batata c	ozida	Batata doce cozida		ida	acebola	da	
		Arro	z. Feijão	Arroz. F	eijão		Arroz. Feijão		Espaguete alho e óle		
									Arroz. Feijão		
Lanche da tarde			Fruta	Fruta	1		Fruta		Fruta		
- 13:15h											
Jantar		Sopa de fe	ijão, legumes,	Salac	la		Salada		Sopa de feijão, legur		
15h		macarrão p	arafuso, paleta	Macarrão com	carne moída	Po	olenta com cai	ne m	nacarrão argoli	nha, carne	
1311		b	ovina	em mo	lho	fı	rango em moll	าด	moída	Э	
Lanche da tarde		F	ruta	Frut	э		Fruta		Fruta		
II 16 h											
	ção nutricional	Energia	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)		Vit. A	Vit. C	Ca	Fe	
(Médi	a Semanal)	(Kcal)	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% VET	do	(mcg)	(mg)	(mg) (mg)		
		937 kcal	126 g	29g	16g		466	47	199	5,2	
			67%	16%	20%						

CARDÁPIO – CRECHE

FAIXA ETÁRIA (6 a 11 meses) – <u>Consistência: Alimentos amassados- 6 meses/amassados com pedaços a partir 8 meses</u> PERÍODO (PARCIAL E INTEGRAL)

Agosto/ 2020									
Refeição/horário	2ª FEIRA	3₫	FEIRA	4º F	EIRA	5ª FEIRA	١	6ª FEIRA	1
	28/08		29/08	30/08		31/	′ 08	01/09	
Desjejum 8h			ormulado/leite materno	Leite formulado/leite materno			ulado/leite erno		ulado/leite erno
Lanche da manhã 9h		Pap	oa de fruta	Papa d	e fruta	Papa d	de fruta	Рара с	le fruta
Almoço Papa salgada 10:30h	Formação pedagógica	Carne m	Salada Salada Carne moída em molho Bifinho acebolado Polenta Batata cozida Arroz. Feijão Arroz. Feijão		Bifinho acebolado Batata cozida		Salada Frango em molho Batata doce cozida Arroz. Feijão		ada a picadinha olada alho e óleo Feijão
Lanche da tarde I 13:15h			ormulado/leite naterno		ulado/leite erno		ulado/leite erno		ulado/leite erno
Jantar 15h		macar	feijão, legumes, rão parafuso, eta bovina	Sal Macarrão con em n		Polenta d	Salada Polenta com carne frango em molho		e feijão, macarrão na, carne oída
Lanche da tarde II Papa de fruta 16 h		Pap	oa de fruta	Papa d	e fruta	Papa d	Papa de fruta		
	o nutricional	Energia	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A	Vit. C	Са	Fe
(Media	Semanal)	(Kcal)	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	(mcg)	(mg)	(mg) (mg)	
		671	118g 70%	25g 15%	11g 15%	539	63	235	6,2