

Observações

OBSERVAÇÃO: ENVIAR TODOS OS ALIMENTOS SEPARADOS, INCLUSIVE OS RECHEIOS DOS PÃES. ALIMENTOS E PREPARAÇÕES DO CARDÁPIO GERAL PODEM SER OFERTADOS À CRIANÇA/ESTUDANTE SEMPRE QUE TIVER UMA PORÇÃO DISPONÍVEL.

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 05/05	Terça-Feira, 06/05	Quarta-Feira, 07/05	Quinta-Feira, 08/05	Sexta-Feira, 09/05	Sábado, 10/05
DESJEJUM	<ul style="list-style-type: none"> • PÃO DE LEITE 37,5 G • MANTEIGA 8 G • SUCO DE LARANJA 200 ML 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE 190 ML • QUEIJO 20 G • PÃO FRANCÊS 37,5 G 	<ul style="list-style-type: none"> • MANTEIGA 8 G • SUCO DE LARANJA 200 ML • PÃO FRANCÊS 37,5 G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE 190 ML • PÃO FRANCÊS 37,5 G 	<ul style="list-style-type: none"> • QUEIJO 20 G • SUCO DE UVA 200 ML • PÃO FRANCÊS 37,5 G 	
COLAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> • BANANA CATURRA 110 G 	<ul style="list-style-type: none"> • BANANA CATURRA 110 G 	<ul style="list-style-type: none"> • BANANA CATURRA 110 G 	<ul style="list-style-type: none"> • BANANA CATURRA 110 G 	<ul style="list-style-type: none"> • BANANA CATURRA 110 G 	
ALMOÇO	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95 G • SALADA DE PEPINO 40 G • FEIJÃO CARIOCA 100 G • CARNE MOÍDA AO SUGO 70 G • POLENTA 100 G • BANANA CATURRA 110 G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95 G • PURÊ DE BATATA 60 G • SALADA DE TOMATE 40 G • FEIJÃO PRETO 100 G • CARNE MOÍDA AO SUGO 70 G • BANANA CATURRA 110 G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95 G • SALADA DE ALFACE 15 G • FEIJÃO CARIOCA 100 G • CARNE MOÍDA AO SUGO 70 G • PURÊ DE BATATA 60 G • BANANA CATURRA 110 G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95 G • SALADA DE REPOLHO 23 G • FEIJÃO PRETO 100 G • CARNE MOÍDA AO SUGO 70 G • POLENTA 100 G • BANANA CATURRA 110 G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95 G • FEIJÃO CARIOCA 100 G • POLENTA 100 G • SALADA DE VAGEM 30 G • CARNE MOÍDA AO SUGO 70 G • BANANA CATURRA 110 G 	
LANCHE	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO DE MAÇÃ 200 ML • PÃO DE LEITE 37,5 G • MAÇÃ 105 G 	<ul style="list-style-type: none"> • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20 G • LEITE 190 ML • MAÇÃ 105 G 	<ul style="list-style-type: none"> • BANANA CATURRA 110 G • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20 G 	<ul style="list-style-type: none"> • BANANA CATURRA 110 G • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20 G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO DE LARANJA 200 ML • PÃO DE LEITE 37,5 G • MAÇÃ 105 G 	
JANTAR	<ul style="list-style-type: none"> • CARNE MOÍDA AO SUGO 70 G • ARROZ 95 G • FEIJÃO CARIOCA 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • CARNE MOÍDA AO SUGO 70 G • ARROZ 95 G • FEIJÃO PRETO 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • CARNE MOÍDA AO SUGO 70 G • ARROZ 95 G • FEIJÃO CARIOCA 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • CARNE MOÍDA AO SUGO 70 G • ARROZ 95 G • FEIJÃO PRETO 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • CARNE MOÍDA AO SUGO 70 G • ARROZ 95 G • FEIJÃO CARIOCA 100 G 	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 72,01 Lipídios (g): 25,73 Carboidrato (g): 289,47 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 189,08 Vitamina C (mg): 140,91 Energia (Kcal): 1623,53					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 12/05	Terça-Feira, 13/05	Quarta-Feira, 14/05	Quinta-Feira, 15/05	Sexta-Feira, 16/05	Sábado, 17/05
DESJEJUM	<ul style="list-style-type: none"> • PÃO DE LEITE 37,5 G • MANTEIGA 8 G • SUCO DE UVA 200 ML 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE 190 ML • MANTEIGA 8 G • PÃO FRANCÊS 37,5 G 	<ul style="list-style-type: none"> • PÃO DE LEITE 37,5 G • QUEIJO 20 G • SUCO DE LARANJA 200 ML 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE 190 ML • MANTEIGA 8 G • PÃO FRANCÊS 37,5 G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE 190 ML • PÃO DE LEITE 37,5 G 	
COLAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> • BANANA CATURRA 110 G 	<ul style="list-style-type: none"> • BANANA CATURRA 110 G 	<ul style="list-style-type: none"> • BANANA CATURRA 110 G 	<ul style="list-style-type: none"> • BANANA CATURRA 110 G 	<ul style="list-style-type: none"> • BANANA CATURRA 110 G 	
ALMOÇO	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95 G • SALADA DE TOMATE COM PEPINO 45 G • FEIJÃO CARIOCA 100 G • CARNE MOÍDA AO SUGO 70 G • POLENTA 100 G • BANANA CATURRA 110 G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95 G • SALADA DE ACELGA 20 G • BANANA CATURRA 110 G • FEIJÃO PRETO 100 G • CARNE MOÍDA AO SUGO 70 G • POLENTA 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95 G • SALADA DE BRÓCOLIS 30 G • FEIJÃO CARIOCA 100 G • CARNE MOÍDA AO SUGO 70 G • POLENTA 100 G • BANANA CATURRA 110 G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95 G • SALADA DE BETERRABA 35 G • FEIJÃO PRETO 100 G • CARNE MOÍDA AO SUGO 70 G • POLENTA 100 G • BANANA CATURRA 110 G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95 G • SALADA DE ALFACE 15 G • FEIJÃO CARIOCA 100 G • CARNE MOÍDA AO SUGO 70 G • POLENTA 100 G • BANANA CATURRA 110 G 	
LANCHE	<ul style="list-style-type: none"> • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20 G • LEITE 190 ML • MAÇÃ 105 G 	<ul style="list-style-type: none"> • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20 G • SUCO DE MAÇÃ 200 ML • MAÇÃ 105 G 	<ul style="list-style-type: none"> • BANANA CATURRA 110 G • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20 G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO DE UVA 200 ML • PÃO FRANCÊS 37,5 G • MAÇÃ 105 G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE 190 ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20 G • MAÇÃ 105 G 	
JANTAR	<ul style="list-style-type: none"> • CARNE MOÍDA AO SUGO 70 G • ARROZ 95 G • FEIJÃO CARIOCA 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO DE LARANJA 200 ML • PÃO DE LEITE 37,5 G • RECHEIO DE CARNE MOÍDA 35,5 G 	<ul style="list-style-type: none"> • CARNE MOÍDA AO SUGO 70 G • ARROZ 95 G • FEIJÃO CARIOCA 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • CARNE MOÍDA AO SUGO 70 G • ARROZ 95 G • FEIJÃO PRETO 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • CARNE MOÍDA AO SUGO 70 G • ARROZ 95 G • FEIJÃO CARIOCA 100 G 	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 69,91 Lipídios (g): 27,11 Carboidrato (g): 286,01 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 269,93 Vitamina C (mg): 115,57 Energia (Kcal): 1614,81					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 19/05	Terça-Feira, 20/05	Quarta-Feira, 21/05	Quinta-Feira, 22/05	Sexta-Feira, 23/05	Sábado, 24/05
DESJEJUM	<ul style="list-style-type: none"> • PÃO DE LEITE 37,5 G • MANTEIGA 8 G • SUCO DE UVA 200 ML 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE 190 ML • MANTEIGA 8 G • PÃO FRANCÊS 37,5 G 	<ul style="list-style-type: none"> • PÃO DE LEITE 37,5 G • QUEIJO 20 G • SUCO DE LARANJA 200 ML 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE 190 ML • BOLO DE FUBÁ SEM AÇÚCAR 50 G 	<ul style="list-style-type: none"> • MANTEIGA 8 G • SUCO DE UVA 200 ML • PÃO FRANCÊS 37,5 G 	
COLAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> • BANANA CATURRA 110 G 	<ul style="list-style-type: none"> • BANANA CATURRA 110 G 	<ul style="list-style-type: none"> • BANANA CATURRA 110 G 	<ul style="list-style-type: none"> • BANANA CATURRA 110 G 	<ul style="list-style-type: none"> • BANANA CATURRA 110 G 	
ALMOÇO	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95 G • SALADA DE PEPINO 40 G • FEIJÃO CARIOCA 100 G • CARNE MOÍDA AO SUGO 70 G • POLENTA 100 G • BANANA CATURRA 110 G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95 G • SALADA DE TOMATE 40 G • BANANA CATURRA 110 G • FEIJÃO PRETO 100 G • CARNE MOÍDA AO SUGO 70 G • PURÊ DE BATATA 60 G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95 G • POLENTA 100 G • SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 30 G • FEIJÃO CARIOCA 100 G • CARNE MOÍDA AO SUGO 70 G • BANANA CATURRA 110 G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95 G • SALADA DE CENOURA 25 G • FEIJÃO PRETO 100 G • CARNE MOÍDA AO SUGO 70 G • POLENTA 100 G • BANANA CATURRA 110 G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95 G • FEIJÃO CARIOCA 100 G • SALADA DE BETERRABA 35 G • CARNE MOÍDA AO SUGO 70 G • POLENTA 100 G • BANANA CATURRA 110 G 	
LANCHE	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE 190 ML • BANANA CATURRA 110 G 	<ul style="list-style-type: none"> • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20 G • LEITE 190 ML • MAÇÃ 105 G 	<ul style="list-style-type: none"> • BANANA CATURRA 110 G • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20 G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO DE LARANJA 200 ML • PÃO DE LEITE 37,5 G • MAÇÃ 105 G 	<ul style="list-style-type: none"> • BANANA CATURRA 110 G • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20 G 	
JANTAR	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95 G • CARNE MOÍDA AO SUGO 70 G • FEIJÃO CARIOCA 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • CARNE MOÍDA AO SUGO 70 G • ARROZ 95 G • FEIJÃO PRETO 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • CARNE MOÍDA AO SUGO 70 G • ARROZ 95 G • FEIJÃO CARIOCA 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • CARNE MOÍDA AO SUGO 70 G • ARROZ 95 G • FEIJÃO PRETO 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • CARNE MOÍDA AO SUGO 70 G • ARROZ 95 G • FEIJÃO CARIOCA 100 G 	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 72,03 Lipídios (g): 27,76 Carboidrato (g): 294,44 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 259,72 Vitamina C (mg): 122,61 Energia (Kcal): 1659,41					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 26/05	Terça-Feira, 27/05	Quarta-Feira, 28/05	Quinta-Feira, 29/05	Sexta-Feira, 30/05	Sábado, 31/05
DESJEJUM	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE 190 ML • MANTEIGA 8 G • PÃO FRANCÊS 37,5 G 	<ul style="list-style-type: none"> • QUEIJO 20 G • SUCO DE UVA 200 ML • PÃO FRANCÊS 37,5 G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE 190 ML • PÃO DE LEITE 37,5 G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO DE UVA 200 ML • PÃO DE LEITE 37,5 G • MANTEIGA 8 G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE 190 ML • QUEIJO 20 G • PÃO FRANCÊS 37,5 G 	
COLAÇÃO	• BANANA CATURRA 110 G	• BANANA CATURRA 110 G	• BANANA CATURRA 110 G	• BANANA CATURRA 110 G	• BANANA CATURRA 110 G	
ALMOÇO	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95 G • SALADA DE TOMATE 40 G • FEIJÃO PRETO 100 G • CARNE MOÍDA AO SUGO 70 G • POLENTA 100 G • BANANA CATURRA 110 G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95 G • SALADA DE ACELGA 20 G • FEIJÃO CARIOCA 100 G • CARNE MOÍDA AO SUGO 70 G • POLENTA 100 G • BANANA CATURRA 110 G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95 G • PURÊ DE BATATA 60 G • SALADA DE ALFACE 15 G • FEIJÃO PRETO 100 G • CARNE MOÍDA AO SUGO 70 G • BANANA CATURRA 110 G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95 G • SALADA DE TOMATE COM PEPINO 45 G • FEIJÃO CARIOCA 100 G • CARNE MOÍDA AO SUGO 70 G • POLENTA 100 G • BANANA CATURRA 110 G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95 G • SALADA DE BRÓCOLIS 30 G • FEIJÃO PRETO 100 G • CARNE MOÍDA AO SUGO 70 G • POLENTA 100 G • BANANA CATURRA 110 G 	
LANCHE	<ul style="list-style-type: none"> • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20 G • LEITE 190 ML • MAÇÃ 105 G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO DE MAÇÃ 200 ML • PÃO DE LEITE 37,5 G • MAÇÃ 105 G 	<ul style="list-style-type: none"> • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20 G • LEITE 190 ML • MAÇÃ 105 G 	<ul style="list-style-type: none"> • BANANA CATURRA 110 G • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20 G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO DE LARANJA 200 ML • PÃO DE LEITE 37,5 G • MAÇÃ 105 G 	
JANTAR	<ul style="list-style-type: none"> • CARNE MOÍDA AO SUGO 70 G • ARROZ 95 G • FEIJÃO PRETO 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • CARNE MOÍDA AO SUGO 70 G • ARROZ 95 G • FEIJÃO CARIOCA 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • CARNE MOÍDA AO SUGO 70 G • ARROZ 95 G • FEIJÃO PRETO 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • CARNE MOÍDA AO SUGO 70 G • ARROZ 95 G • FEIJÃO CARIOCA 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • CARNE MOÍDA AO SUGO 70 G • ARROZ 95 G • FEIJÃO PRETO 100 G 	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 73,49 Lipídios (g): 27,77 Carboidrato (g): 287,06 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 268,22 Vitamina C (mg): 93,45 Energia (Kcal): 1639,36					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 71,86 Lipídios (g): 27,09 Carboidrato (g): 289,25 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 246,74 Vitamina C (mg): 118,14 Energia (Kcal): 1634,28					