

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	• PÃO DE LEITE 37,5 G • MANTEIGA 8 G • SUCO DE LARANJA 200 ML	• LEITE 190 ML • QUEIJO 20 G • PÃO FRANCÊS 37,5 G	• MANTEIGA 8 G • SUCO DE LARANJA 200 ML • PÃO FRANCÊS 37,5 G	• LEITE 190 ML • PÃO FRANCÊS 37,5 G	• QUEIJO 20 G • SUCO DE UVA 200 ML • 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	• ARROZ 95 G • SALADA DE PEPINO 40 G • FEIJÃO CARIOCA 100 G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 60 G • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65 G • BANANA CATURRA 110 G	• ARROZ 95 G • SALADA DE TOMATE 40 G • FEIJÃO PRETO 100 G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 60 G • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65 G • BANANA CATURRA 110 G	• ARROZ 95 G • BATATA PALHA 25 G • SALADA DE ALFACE 15 G • FEIJÃO CARIOCA 100 G • PEITO DE FRANGO À MILANESA 60 G • BANANA CATURRA 110 G	• ARROZ 95 G • SALADA DE REPOLHO 23 G • FEIJÃO PRETO 100 G • PEITO DE FRANGO À MILANESA 60 G • BANANA CATURRA 110 G • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65 G	• ARROZ 95 G • SALADA DE VAGEM 30 G • FEIJÃO CARIOCA 100 G • PEITO DE FRANGO À MILANESA 60 G • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65 G • BANANA CATURRA 110 G	
LANCHE	• SUCO DE MAÇÃ 200 ML • PÃO DE LEITE 37,5 G • MAÇÃ 105 G	• FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20 G • LEITE 190 ML • MAÇÃ 105 G	• BANANA CATURRA 110 G • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20 G	• BANANA CATURRA 110 G • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20 G	• SUCO DE LARANJA 200 ML • PÃO DE LEITE 37,5 G • MAÇÃ 105 G	
JANTAR	• MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO - JANTAR 200 G • ARROZ 95 G • FEIJÃO CARIOCA 100 G	• MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO - JANTAR 200 G • ARROZ 95 G • FEIJÃO PRETO 100 G	• MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO - JANTAR 200 G • ARROZ 95 G • FEIJÃO CARIOCA 100 G	• MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO - JANTAR 200 G • ARROZ 95 G • FEIJÃO PRETO 100 G	• MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO - JANTAR 200 G • ARROZ 95 G • FEIJÃO CARIOCA 100 G	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 78,90 Lipídios (g): 32,97 Carboidrato (g): 381,77 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 164,96 Vitamina C (mg): 135,22 Energia (Kcal): 2060,69					

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	• PÃO DE LEITE 37,5 G • MANTEIGA 8 G • SUCO DE UVA 200 ML	• LEITE 190 ML • MANTEIGA 8 G • PÃO FRANCÊS 37,5 G	• PÃO DE LEITE 37,5 G • QUEIJO 20 G • SUCO DE LARANJA 200 ML	• LEITE 190 ML • MANTEIGA 8 G • PÃO FRANCÊS 37,5 G	• LEITE 190 ML • 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	• ARROZ 95 G • SALADA DE TOMATE COM PEPINO 45 G • FEIJÃO CARIOCA 100 G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 60 G • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65 G • BANANA CATURRA 110 G	• ARROZ 95 G • SALADA DE ACELGA 20 G • FEIJÃO PRETO 100 G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 60 G • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65 G • BANANA CATURRA 110 G	• ARROZ 95 G • SALADA DE BRÓCOLIS 30 G • FEIJÃO CARIOCA 100 G • PEITO DE FRANGO À MILANESA 60 G • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65 G • BANANA CATURRA 110 G	• ARROZ 95 G • PEITO DE FRANGO À MILANESA 60 G • SALADA DE BETERRABA 35 G • FEIJÃO PRETO 100 G • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65 G • BANANA CATURRA 110 G	• ARROZ 95 G • SALADA DE ALFACE 15 G • FEIJÃO CARIOCA 100 G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 60 G • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65 G • BANANA CATURRA 110 G	
LANCHE	• FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20 G • LEITE 190 ML • MAÇÃ 105 G	• FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20 G • SUCO DE MAÇÃ 200 ML • MAÇÃ 105 G	• BANANA CATURRA 110 G • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20 G	• SUCO DE UVA 200 ML • PÃO FRANCÊS 37,5 G • MAÇÃ 105 G	• LEITE 190 ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20 G • MAÇÃ 105 G	
JANTAR	• MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO - JANTAR 200 G • ARROZ 95 G • FEIJÃO CARIOCA 100 G	• SUCO DE LARANJA 200 ML • PÃO DE LEITE 37,5 G • RECHEIO DE CARNE MOÍDA 35,5 G	• MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO - JANTAR 200 G • ARROZ 95 G • FEIJÃO CARIOCA 100 G	• MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO - JANTAR 200 G • ARROZ 95 G • FEIJÃO PRETO 100 G	• MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO - JANTAR 200 G • ARROZ 95 G • FEIJÃO CARIOCA 100 G	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 79,52 Lipídios (g): 32,12 Carboidrato (g): 364,00 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 259,15 Vitamina C (mg): 111,30 Energia (Kcal): 1988,90					

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	• PÃO DE LEITE 37,5 G • MANTEIGA 8 G • SUCO DE UVA 200 ML	• LEITE 190 ML • MANTEIGA 8 G • PÃO FRANCÊS 37,5 G	• PÃO DE LEITE 37,5 G • QUEIJO 20 G • SUCO DE LARANJA 200 ML	• LEITE 190 ML • PÃO DE LEITE 37,5 G	• MANTEIGA 8 G • SUCO DE UVA 200 ML • 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	• ARROZ 95 G • SALADA DE PEPINO 40 G • FEIJÃO CARIOCA 100 G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 60 G • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65 G • BANANA CATURRA 110 G	• ARROZ 95 G • BATATA PALHA 25 G • SALADA DE TOMATE 40 G • BANANA CATURRA 110 G • FEIJÃO PRETO 100 G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 60 G	• ARROZ 95 G • SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 30 G • FEIJÃO CARIOCA 100 G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 60 G • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65 G • BANANA CATURRA 110 G	• ARROZ 95 G • SALADA DE CENOURA 25 G • FEIJÃO PRETO 100 G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 60 G • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65 G • BANANA CATURRA 110 G	• ARROZ 95 G • SALADA DE BETERRABA 35 G • FEIJÃO CARIOCA 100 G • PEITO DE FRANGO À MILANESA 60 G • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65 G • BANANA CATURRA 110 G	
LANCHE	• LEITE 190 ML • BANANA CATURRA 110 G	• FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20 G • LEITE 190 ML • MAÇÃ 105 G	• BANANA CATURRA 110 G • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20 G	• SUCO DE LARANJA 200 ML • PÃO DE LEITE 37,5 G • MAÇÃ 105 G	• BANANA CATURRA 110 G • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20 G	
JANTAR	• ARROZ 95 G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 60 G	• MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO - JANTAR 200 G • ARROZ 95 G • FEIJÃO PRETO 100 G	• MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO - JANTAR 200 G • ARROZ 95 G • FEIJÃO CARIOCA 100 G	• MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO - JANTAR 200 G • ARROZ 95 G • FEIJÃO PRETO 100 G	• MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO - JANTAR 200 G • ARROZ 95 G • FEIJÃO CARIOCA 100 G	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 81,00 Lipídios (g): 33,15 Carboidrato (g): 360,20 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 231,09 Vitamina C (mg): 118,08 Energia (Kcal): 1987,73					

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	• LEITE 190 ML • MANTEIGA 8 G • PÃO FRANCÊS 37,5 G	• QUEIJO 20 G • SUCO DE UVA 200 ML • PÃO FRANCÊS 37,5 G	• LEITE 190 ML • PÃO DE LEITE 37,5 G	• SUCO DE UVA 200 ML • PÃO DE LEITE 37,5 G • MANTEIGA 8 G	• 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	• ARROZ 95 G • SALADA DE TOMATE 40 G • FEIJÃO PRETO 100 G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 60 G • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65 G • BANANA CATURRA 110 G	• ARROZ 95 G • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65 G • SALADA DE ACELGA 20 G • FEIJÃO CARIOCA 100 G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 60 G • BANANA CATURRA 110 G	• ARROZ 95 G • SALADA DE ALFACE 15 G • FEIJÃO PRETO 100 G • PEITO DE FRANGO À MILANESA 60 G • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65 G • BANANA CATURRA 110 G	• ARROZ 95 G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 60 G • SALADA DE TOMATE COM PEPINO 45 G • BANANA CATURRA 110 G • FEIJÃO CARIOCA 100 G • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65 G	• ARROZ 95 G • SALADA DE BRÓCOLIS 30 G • FEIJÃO PRETO 100 G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 60 G • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65 G • BANANA CATURRA 110 G	
LANCHE	• FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20 G • LEITE 190 ML • MAÇÃ 105 G	• SUCO DE MAÇÃ 200 ML • PÃO DE LEITE 37,5 G • MAÇÃ 105 G	• FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20 G • LEITE 190 ML • MAÇÃ 105 G	• BANANA CATURRA 110 G • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20 G	• SUCO DE LARANJA 200 ML • PÃO DE LEITE 37,5 G • MAÇÃ 105 G	
JANTAR	• MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO - JANTAR 200 G • ARROZ 95 G • FEIJÃO PRETO 100 G	• MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO - JANTAR 200 G • ARROZ 95 G • FEIJÃO CARIOCA 100 G	• MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO - JANTAR 200 G • ARROZ 95 G • FEIJÃO PRETO 100 G	• MACARRÃO - JANTAR 150 G • ARROZ 95 G • FEIJÃO CARIOCA 100 G	• MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO - JANTAR 200 G • ARROZ 95 G • FEIJÃO PRETO 100 G	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 82,35 Lipídios (g): 30,82 Carboidrato (g): 375,99 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 250,05 Vitamina C (mg): 84,33 Energia (Kcal): 2031,82					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 80,44 Lipídios (g): 32,27 Carboidrato (g): 370,49 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 226,31 Vitamina C (mg): 112,23 Energia (Kcal): 2017,29					