

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"> ● SUCO DE LARANJA 200 ML ● PÃO DE LEITE 37,5 G ● MANTEIGA 8 G 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE 190 ML ● PÃO FRANCÊS 37,5 G ● QUEIJO 20 G 	<ul style="list-style-type: none"> ● SUCO DE LARANJA 200 ML ● PÃO DE LEITE 37,5 G ● MANTEIGA 8 G 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE 190 ML ● PÃO FRANCÊS 37,5 G 	<ul style="list-style-type: none"> ● SUCO DE UVA 200 ML ● PÃO FRANCÊS 37,5 G ● QUEIJO 20 G 	
COLAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> ● MAÇÃ 105 G 	<ul style="list-style-type: none"> ● MAÇÃ 105 G 	<ul style="list-style-type: none"> ● MAÇÃ 105 G 	<ul style="list-style-type: none"> ● MAÇÃ 105 G 	<ul style="list-style-type: none"> ● MAÇÃ 105 G 	
ALMOÇO	<ul style="list-style-type: none"> ● ARROZ 95 G ● FEIJÃO CARIOCA 100 G ● ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 60 G ● MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65 G ● SALADA DE PEPINO 40 G ● MAÇÃ 105 G 	<ul style="list-style-type: none"> ● ARROZ 95 G ● FEIJÃO PRETO 100 G ● ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 60 G ● SALADA DE TOMATE 40 G ● MAÇÃ 105 G ● MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65 G 	<ul style="list-style-type: none"> ● ARROZ 95 G ● FEIJÃO CARIOCA 100 G ● PEITO DE FRANGO À MILANESA 60 G ● BATATA PALHA 25 G ● SALADA DE ALFACE 15 G ● MAÇÃ 105 G 	<ul style="list-style-type: none"> ● ARROZ 95 G ● FEIJÃO PRETO 100 G ● PEITO DE FRANGO À MILANESA 60 G ● MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65 G ● SALADA DE REPOLHO 23 G ● MAÇÃ 105 G 	<ul style="list-style-type: none"> ● ARROZ 95 G ● FEIJÃO CARIOCA 100 G ● PEITO DE FRANGO À MILANESA 60 G ● MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65 G ● SALADA DE VAGEM 30 G ● MAÇÃ 105 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"> ● LEITE 190 ML ● FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20 G ● MAÇÃ 105 G 	<ul style="list-style-type: none"> ● MAÇÃ 105 G ● FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20 G 	<ul style="list-style-type: none"> ● MAÇÃ 105 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"> ● MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO - JANTAR 200 G ● ARROZ 95 G ● FEIJÃO CARIOCA 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> ● MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO - JANTAR 200 G ● ARROZ 95 G ● FEIJÃO PRETO 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> ● MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO - JANTAR 200 G ● ARROZ 95 G ● FEIJÃO CARIOCA 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> ● MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO - JANTAR 200 G ● ARROZ 95 G ● FEIJÃO PRETO 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> ● MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO - JANTAR 200 G ● ARROZ 95 G ● FEIJÃO CARIOCA 100 G 	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 73,73 Lipídios (g): 32,53 Carboidrato (g): 326,60 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 116,74 Vitamina C (mg): 117,55 Energia (Kcal): 1840,60					

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"> • SUCO DE UVA 200 ML • PÃO DE LEITE 37,5 G • MANTEIGA 8 G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE 190 ML • PÃO DE LEITE 37,5 G • MANTEIGA 8 G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO DE LARANJA 200 ML • PÃO DE LEITE 37,5 G • QUEIJO 20 G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE 190 ML • PÃO FRANCÊS 37,5 G • MANTEIGA 8 G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE 190 ML • PÃO DE LEITE 37,5 G 	
COLAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ 105 G 	<ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ 105 G 	<ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ 105 G 	<ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ 105 G 	<ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ 105 G 	
ALMOÇO	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95 G • FEIJÃO CARIOCA 100 G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 60 G • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65 G • SALADA DE TOMATE COM PEPINO 45 G • MAÇÃ 105 G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95 G • FEIJÃO PRETO 100 G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 60 G • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65 G • SALADA DE ACELGA 20 G • MAÇÃ 105 G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95 G • FEIJÃO CARIOCA 100 G • PEITO DE FRANGO À MILANESA 60 G • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65 G • SALADA DE BRÓCOLIS 30 G • MAÇÃ 105 G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95 G • FEIJÃO PRETO 100 G • PEITO DE FRANGO À MILANESA 60 G • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65 G • SALADA DE BETERRABA 35 G • MAÇÃ 105 G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95 G • FEIJÃO CARIOCA 100 G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 60 G • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65 G • SALADA DE ALFACE 15 G • MAÇÃ 105 G 	
LANCHE	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE 190 ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20 G • MAÇÃ 105 G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO DE MAÇÃ 200 ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20 G • MAÇÃ 105 G 	<ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ 105 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"> • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO - JANTAR 200 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"> • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO - JANTAR 200 G • ARROZ 95 G • FEIJÃO CARIOCA 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO - JANTAR 200 G • ARROZ 95 G • FEIJÃO PRETO 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO - JANTAR 200 G • ARROZ 95 G • FEIJÃO CARIOCA 100 G 	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 74,76 Lipídios (g): 31,80 Carboidrato (g): 312,57 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 214,70 Vitamina C (mg): 95,10 Energia (Kcal): 1784,08					

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"> • SUCO DE UVA 200 ML • PÃO DE LEITE 37,5 G • MANTEIGA 8 G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE 190 ML • PÃO DE LEITE 37,5 G • MANTEIGA 8 G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO DE LARANJA 200 ML • PÃO DE LEITE 37,5 G • QUEIJO 20 G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE 190 ML • BOLO DE FUBÁ SEM AÇÚCAR 50 G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO DE UVA 200 ML • PÃO FRANCÊS 37,5 G • MANTEIGA 8 G 	
COLAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ 105 G 	<ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ 105 G 	<ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ 105 G 	<ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ 105 G 	<ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ 105 G 	
ALMOÇO	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95 G • FEIJÃO CARIOCA 100 G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 60 G • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65 G • SALADA DE PEPINO 40 G • MAÇÃ 105 G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95 G • FEIJÃO PRETO 100 G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 60 G • BATATA PALHA 25 G • SALADA DE TOMATE 40 G • MAÇÃ 105 G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95 G • FEIJÃO CARIOCA 100 G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 60 G • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65 G • SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 30 G • MAÇÃ 105 G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95 G • FEIJÃO PRETO 100 G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 60 G • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65 G • SALADA DE CENOURA 25 G • MAÇÃ 105 G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95 G • FEIJÃO CARIOCA 100 G • PEITO DE FRANGO À MILANESA 60 G • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65 G • SALADA DE BETERRABA 35 G • MAÇÃ 105 G 	
LANCHE	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE 190 ML • MAÇÃ 105 G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE 190 ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20 G • MAÇÃ 105 G 	<ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ 105 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"> • MAÇÃ 105 G • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20 G 	
JANTAR	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95 G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 60 G 	<ul style="list-style-type: none"> • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO - JANTAR 200 G • ARROZ 95 G • FEIJÃO PRETO 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO - JANTAR 200 G • ARROZ 95 G • FEIJÃO CARIOCA 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO - JANTAR 200 G • ARROZ 95 G • FEIJÃO PRETO 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO - JANTAR 200 G • ARROZ 95 G • FEIJÃO CARIOCA 100 G 	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 75,89 Lipídios (g): 33,73 Carboidrato (g): 303,21 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 189,73 Vitamina C (mg): 102,15 Energia (Kcal): 1771,58					

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 • PÃO DE LEITE 37,5 G • MANTEIGA 8 G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO DE UVA 200 ML • PÃO FRANCÊS 37,5 G • QUEIJO 20 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 • PÃO DE LEITE 37,5 G • QUEIJO 20 G 	
COLAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ 105 G 	<ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ 105 G 	<ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ 105 G 	<ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ 105 G 	<ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ 105 G 	
ALMOÇO	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95 G • FEIJÃO PRETO 100 G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 60 G • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65 G • SALADA DE TOMATE 40 G • MAÇÃ 105 G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95 G • FEIJÃO CARIOCA 100 G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 60 G • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65 G • SALADA DE ACELGA 20 G • MAÇÃ 105 G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95 G • FEIJÃO PRETO 100 G • PEITO DE FRANGO À MILANESA 60 G • SALADA DE ALFACE 15 G • MAÇÃ 105 G • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65 G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95 G • FEIJÃO CARIOCA 100 G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 60 G • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65 G • SALADA DE TOMATE COM PEPINO 45 G • MAÇÃ 105 G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95 G • FEIJÃO PRETO 100 G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 60 G • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65 G • SALADA DE BRÓCOLIS 30 G • MAÇÃ 105 G 	
LANCHE	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE 190 ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20 G • 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"> • LEITE 190 ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20 G • MAÇÃ 105 G 	<ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ 105 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"> • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO - JANTAR 200 G • ARROZ 95 G • FEIJÃO PRETO 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO - JANTAR 200 G • ARROZ 95 G • FEIJÃO CARIOCA 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO - JANTAR 200 G • ARROZ 95 G • FEIJÃO PRETO 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO - JANTAR 200 G • ARROZ 95 G • FEIJÃO CARIOCA 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO - JANTAR 200 G • ARROZ 95 G • FEIJÃO PRETO 100 G 	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 77,55 Lipídios (g): 30,84 Carboidrato (g): 324,33 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 205,60 Vitamina C (mg): 68,13 Energia (Kcal): 1828,95					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 75,48 Lipídios (g): 32,23 Carboidrato (g): 316,68 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 181,69 Vitamina C (mg): 95,73 Energia (Kcal): 1806,30					