

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 • PÃO FRANCÊS 37,5 G • QUEIJO 20 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 • QUEIJO 20 G • PÃO FRANCÊS 37,5 G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO DE UVA 200 ML • PÃO DE LEITE 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 • FEIJÃO PRETO 100 G • ISCAS DE FRANGO COM TOMATE 60 G • SALADA DE PEPINO 40 G • MACARRÃO AO SUGO 65 G • BANANA CATURRA 110 G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95 G • FEIJÃO CARIOCA 100 G • SALADA DE REPOLHO 23 G • PEITO DE FRANGO À MILANESA 60 G • MACARRÃO AO SUGO 65 G • BANANA CATURRA 110 G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95 G • FEIJÃO PRETO 100 G • SALADA DE VAGEM 30 G • PEITO DE FRANGO À MILANESA 60 G • MACARRÃO AO SUGO 65 G • BANANA CATURRA 110 G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95 G • FEIJÃO CARIOCA 100 G • SALADA DE TOMATE 40 G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 60 G • MACARRÃO AO SUGO 65 G • BANANA CATURRA 110 G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95 G • FEIJÃO PRETO 100 G • PEITO DE FRANGO À MILANESA 60 G • BATATA PALHA 25 G • SALADA DE ALFACE 15 G • SALADA DE FRUTA 70 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"> • 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"> • 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 	
JANTAR	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95 G • FEIJÃO PRETO 100 G • MACARRÃO AO SUGO 65 G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95 G • FEIJÃO CARIOCA 100 G • MACARRÃO AO SUGO 65 G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95 G • FEIJÃO PRETO 100 G • MACARRÃO AO SUGO 65 G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95 G • FEIJÃO CARIOCA 100 G • MACARRÃO AO SUGO 65 G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95 G • FEIJÃO PRETO 100 G • MACARRÃO AO SUGO 65 G 	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 67,92 Lipídios (g): 29,02 Carboidrato (g): 330,45 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 178,86 Vitamina C (mg): 150,36 Energia (Kcal): 1791,11					

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 • PÃO DE LEITE 37,5 G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE 190 ML • MANTEIGA 8 G • 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 • FEIJÃO PRETO 100 G • SALADA DE TOMATE COM PEPINO 45 G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 60 G • MACARRÃO AO SUGO 65 G • BANANA CATURRA 110 G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95 G • FEIJÃO CARIOCA 100 G • PEITO DE FRANGO À MILANESA 60 G • SALADA DE BETERRABA 35 G • BANANA CATURRA 110 G • MACARRÃO AO SUGO 65 G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95 G • FEIJÃO PRETO 100 G • SALADA DE ALFACE 15 G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 60 G • MACARRÃO AO SUGO 65 G • BANANA CATURRA 110 G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95 G • FEIJÃO CARIOCA 100 G • SALADA DE ACELGA 20 G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 60 G • MACARRÃO AO SUGO 65 G • BANANA CATURRA 110 G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95 G • FEIJÃO PRETO 100 G • PEITO DE FRANGO À MILANESA 60 G • SALADA DE BRÓCOLIS 30 G • BANANA CATURRA 110 G • MACARRÃO AO SUGO 65 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"> • LEITE 190 ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20 G • MAÇÃ 105 G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO DE UVA 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 	<ul style="list-style-type: none"> • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20 G • LEITE 190 ML • MAÇÃ 105 G 	
JANTAR	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95 G • FEIJÃO PRETO 100 G • MACARRÃO AO SUGO 65 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 SUGO 65 G • ARROZ 95 G • FEIJÃO PRETO 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95 G • FEIJÃO CARIOCA 100 G • MACARRÃO AO SUGO 65 G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95 G • FEIJÃO PRETO 100 G • MACARRÃO AO SUGO 65 G 	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 73,18 Lipídios (g): 30,76 Carboidrato (g): 322,83 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 281,24 Vitamina C (mg): 116,59 Energia (Kcal): 1797,65					

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 • MANTEIGA 8 G • PÃO FRANCÊS 37,5 G 	<ul style="list-style-type: none"> • BOLO DE FUBÁ SEM AÇÚCAR 50 G • SUCO DE UVA 200 ML 	
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 • FEIJÃO PRETO 100 G • SALADA DE PEPINO 40 G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 60 G • MACARRÃO AO SUGO 65 G • BANANA CATURRA 110 G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95 G • FEIJÃO CARIOCA 100 G • SALADA DE CENOURA 25 G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 60 G • MACARRÃO AO SUGO 65 G • BANANA CATURRA 110 G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95 G • FEIJÃO PRETO 100 G • SALADA DE BETERRABA 35 G • PEITO DE FRANGO À MILANESA 60 G • MACARRÃO AO SUGO 65 G • BANANA CATURRA 110 G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95 G • FEIJÃO CARIOCA 100 G • BATATA PALHA 25 G • SALADA DE TOMATE 40 G • SALADA DE FRUTA 70 G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 60 G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95 G • FEIJÃO PRETO 100 G • ISCAS DE FRANGO COM TOMATE 60 G • MACARRÃO AO SUGO 65 G • SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 30 G • BANANA CATURRA 110 G 	
LANCHE	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO DE LARANJA 200 ML • PÃO DE LEITE 37,5 G 	<ul style="list-style-type: none"> • BANANA CATURRA 110 G • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20 G 	<ul style="list-style-type: none"> • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20 G • LEITE 190 ML 	<ul style="list-style-type: none"> • BANANA CATURRA 110 G • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20 G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE 190 ML • BANANA CATURRA 110 G 	
JANTAR	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95 G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 60 G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95 G • FEIJÃO CARIOCA 100 G • MACARRÃO AO SUGO 65 G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95 G • FEIJÃO PRETO 100 G • MACARRÃO AO SUGO 65 G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95 G • FEIJÃO CARIOCA 100 G • MACARRÃO AO SUGO 65 G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95 G • FEIJÃO PRETO 100 G • MACARRÃO AO SUGO 65 G 	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 71,98 Lipídios (g): 30,67 Carboidrato (g): 312,83 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 253,02 Vitamina C (mg): 134,49 Energia (Kcal): 1755,83					

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 • QUEIJO 20 G • PÃO FRANCÊS 37,5 G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO DE UVA 200 ML • PÃO DE LEITE 37,5 G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE 190 ML • PÃO DE LEITE 37,5 G • MANTEIGA 8 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 • FEIJÃO CARIOCA 100 G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 60 G • SALADA DE TOMATE 40 G • MACARRÃO AO SUGO 65 G • BANANA CATURRA 110 G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95 G • FEIJÃO PRETO 100 G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 60 G • SALADA DE TOMATE COM PEPINO 45 G • BANANA CATURRA 110 G • MACARRÃO AO SUGO 65 G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95 G • FEIJÃO CARIOCA 100 G • SALADA DE BRÓCOLIS 30 G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 60 G • MACARRÃO AO SUGO 65 G • BANANA CATURRA 110 G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95 G • FEIJÃO PRETO 100 G • SALADA DE ACELGA 20 G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 60 G • MACARRÃO AO SUGO 65 G • BANANA CATURRA 110 G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95 G • FEIJÃO CARIOCA 100 G • SALADA DE ALFACE 15 G • PEITO DE FRANGO À MILANESA 60 G • MACARRÃO AO SUGO 65 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 • 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 MAÇÃ 200 ML • PÃO DE LEITE 37,5 G • MAÇÃ 105 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"> • ARROZ 95 G • FEIJÃO CARIOCA 100 G • MACARRÃO AO SUGO 65 G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95 G • FEIJÃO PRETO 100 G • MACARRÃO AO SUGO 65 G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95 G • FEIJÃO CARIOCA 100 G • MACARRÃO AO SUGO 65 G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95 G • FEIJÃO PRETO 100 G • MACARRÃO AO SUGO 65 G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95 G • FEIJÃO CARIOCA 100 G • MACARRÃO AO SUGO 65 G 	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 72,89 Lipídios (g): 28,05 Carboidrato (g): 328,99 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 258,69 Vitamina C (mg): 90,56 Energia (Kcal): 1795,19					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 71,49 Lipídios (g): 29,62 Carboidrato (g): 323,78 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 242,95 Vitamina C (mg): 123,00 Energia (Kcal): 1784,95					