

| Observações                               |                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                        |                    |                 |
|-------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|-----------------|
| AS SALADAS DEVEM SER SEM LIMÃO E VINAGRE. |                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                        |                    |                 |
| Tipo de Refeição                          | Segunda-Feira, 30/06                                                                                                                                   | Terça-Feira, 01/07                                                                                                                                                                                         | Quarta-Feira, 02/07                                                                                                                                                                                                               | Quinta-Feira, 03/07                                                                                                                                                                                                                                    | Sexta-Feira, 04/07 | Sábado, 05/07   |
| DESJEJUM                                  |                                                                                                                                                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>• PÃO SEM LEITE 37,5 G</li> <li>• LEITE DE SOJA 190 ML</li> <li>• PATÊ DE GRÃO DE BICO 24,5 G</li> </ul>                                                            | <ul style="list-style-type: none"> <li>• CHÁ DE ERVA DOCE SEM AÇÚCAR 190 ML</li> <li>• PÃO SEM LEITE 37,5 G</li> <li>• MANTEIGA DE COCO 8 G</li> </ul>                                                                            | <ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE DE SOJA 190 ML</li> <li>• PÃO SEM LEITE 37,5 G</li> <li>• PATÊ DE GRÃO DE BICO 24,5 G</li> </ul>                                                                                                        | RECESSO ESCOLAR    | RECESSO ESCOLAR |
| ALMOÇO                                    |                                                                                                                                                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95 G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 100 G</li> <li>• FRANGO ASSADO 60 G</li> <li>• QUIBEBE 50 G</li> <li>• SALADA DE ACELGA 20 G</li> <li>• MANGA 120 G</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95 G</li> <li>• FEIJÃO CARIOCA 100 G</li> <li>• SALADA DE BETERRABA 35 G</li> <li>• CARNE MOÍDA SEM TOMATE 60 G</li> <li>• FAROFA DE BANANA 30 G</li> <li>• MAMÃO 122 G</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95 G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 100 G</li> <li>• SALADA DE ALFACE 15 G</li> <li>• ISCAS DE CARNE REFOGADAS 60 G</li> <li>• BRÓCOLIS, CENOURA E COUVE-FLOR REFOGADOS 50 G</li> <li>• MELÃO 170 G</li> </ul> | RECESSO ESCOLAR    | RECESSO ESCOLAR |
| LANCHE                                    |                                                                                                                                                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>• BANANA CATURRA 182 G</li> <li>• AVEIA EM FLOCOS FINOS 20 G</li> </ul>                                                                                             | <ul style="list-style-type: none"> <li>• BATIDA DE MAÇÃ COM LEITE DE SOJA 190 ML</li> <li>• BOLO DE CACAU SEM AÇÚCAR, LEITE E OVOS 60 G</li> </ul>                                                                                | <ul style="list-style-type: none"> <li>• VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE SOJA 180 ML</li> <li>• FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20 G</li> </ul>                                                                                                            | RECESSO ESCOLAR    | RECESSO ESCOLAR |
| JANTAR                                    |                                                                                                                                                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SOPA DE FEIJÃO, LEGUMES E MACARRÃO 180 G</li> </ul>                                                                                                               | <ul style="list-style-type: none"> <li>• RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES 180 G</li> </ul>                                                                                                                                            | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO DE MAÇÃ 200 ML</li> <li>• PÃO SEM LEITE 37,5 G</li> <li>• RECHEIO DE FRANGO DESFIADO 35 G</li> </ul>                                                                                                     | RECESSO ESCOLAR    | RECESSO ESCOLAR |
| Tabela Nutricional                        |                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                        |                    |                 |
| Cálculo Semanal                           | Proteína (g): 64,68 Lipídios (g): 27,91 Carboidrato (g): 186,08 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 801,16 Vitamina C (mg): 70,77 Energia (Kcal): 1221,66 |                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                        |                    |                 |
| Cálculo Mensal                            | Proteína (g): 64,68 Lipídios (g): 27,91 Carboidrato (g): 186,08 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 801,16 Vitamina C (mg): 70,77 Energia (Kcal): 1221,66 |                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                        |                    |                 |