

Observações						
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"> • PÃO DE LEITE 37,5 G • LEITE 190 ML • QUEIJO 20 G 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE ERVA DOCE SEM AÇÚCAR 190 ML • PÃO DE FORMA 37,5 G • MANTEIGA 8 G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE 190 ML • PÃO INTEGRAL 37,5 G • QUEIJO 20 G 	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
ALMOÇO		<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95 G • FEIJÃO PRETO 100 G • FRANGO ASSADO 60 G • QUIBEBE 50 G • SALADA DE ACELGA 20 G • LARANJA 150 G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95 G • FEIJÃO CARIOCA 100 G • SALADA DE BETERRABA 35 G • CARNE MOÍDA SEM TOMATE 60 G • FAROFA DE CENOURA 20 G • MAMÃO 122 G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95 G • FEIJÃO PRETO 100 G • SALADA DE ALFACE 15 G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 60 G • BRÓCOLIS, CENOURA E COUVE-FLORES REFOGADOS 50 G • MELÃO 170 G 	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
LANCHE		<ul style="list-style-type: none"> • MANGA 120 G • AVEIA EM FLOCOS FINOS 20 G 	<ul style="list-style-type: none"> • BATIDA DE MAÇÃ 190 ML • PÃO DE LEITE 37,5 G • MANTEIGA 8 G 	<ul style="list-style-type: none"> • VITAMINA DE MORANGO 180 ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20 G 	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
JANTAR		<ul style="list-style-type: none"> • SOPA DE FEIJÃO, LEGUMES E MACARRÃO SEM OVOS 180 G 	<ul style="list-style-type: none"> • RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES 180 G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO DE LARANJA 200 ML • PÃO DE LEITE 37,5 G • RECHEIO DE FRANGO DESFIADO 35 G 	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 61,06 Lipídios (g): 34,85 Carboidrato (g): 164,52 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 1019,89 Vitamina C (mg): 133,89 Energia (Kcal): 1192,58					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 07/07	Terça-Feira, 08/07	Quarta-Feira, 09/07	Quinta-Feira, 10/07	Sexta-Feira, 11/07	Sábado, 12/07
DESJEJUM	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
ALMOÇO	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
LANCHE	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
JANTAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal						

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 14/07	Terça-Feira, 15/07	Quarta-Feira, 16/07	Quinta-Feira, 17/07	Sexta-Feira, 18/07	Sábado, 19/07
DESJEJUM	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
ALMOÇO	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
LANCHE	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
JANTAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal						

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 21/07	Terça-Feira, 22/07	Quarta-Feira, 23/07	Quinta-Feira, 24/07	Sexta-Feira, 25/07	Sábado, 26/07
DESJEJUM	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	<ul style="list-style-type: none"> • MANTEIGA 8 G • CHÁ DE ERVA DOCE SEM AÇÚCAR 190 ML • PÃO DE FORMA 37,5 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"> • PÃO INTEGRAL 37,5 G • CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR 190 ML • QUEIJO 20 G 	
ALMOÇO	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	<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 ACELGA 20 G • MAÇÃ 137 G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95 G • FEIJÃO CARIOCA 100 G • CARNE MOÍDA AO SUGO 70 G • COUVE-FLOR REFOGADA 50 G • SALADA DE VAGEM 30 G • LARANJA 150 G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95 G • FEIJÃO PRETO 100 G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 60 G • FAROFA DE COUVE 20 G • SALADA DE BETERRABA 35 G • MANGA 120 G 	
LANCHE	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE MAÇÃ COM CANELA SEM AÇÚCAR 190 ML • PÃO DE LEITE 37,5 G • MANTEIGA 8 G 	<ul style="list-style-type: none"> • IOGURTE DE MORANGO 180 ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20 G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO DE LARANJA 200 ML • PÃO DE FORMA 37,5 G • QUEIJO 20 G 	
JANTAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	<ul style="list-style-type: none"> • RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES 180 G 	<ul style="list-style-type: none"> • QUIRERA - JANTAR 120 G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS COM AÇAFRÃO SEM TOMATE 60 G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95 G • CARNE MOÍDA SEM TOMATE 60 G 	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 67,57 Lipídios (g): 33,63 Carboidrato (g): 183,56 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 296,90 Vitamina C (mg): 117,51 Energia (Kcal): 1282,81					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 28/07	Terça-Feira, 29/07	Quarta-Feira, 30/07	Quinta-Feira, 31/07	Sexta-Feira, 01/08	Sábado, 02/08
DESJEJUM	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE 190 ML • PÃO INTEGRAL 37,5 G • MANTEIGA 8 G 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR 190 ML • PÃO DE LEITE 37,5 G • QUEIJO 20 G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO DE MAÇÃ 200 ML • PÃO DE LEITE 37,5 G • MANTEIGA 8 G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE 190 ML • PÃO DE FORMA 37,5 G • QUEIJO 20 G 		
ALMOÇO	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95 G • FEIJÃO PRETO 100 G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS COM AÇAFRÃO SEM TOMATE 60 G • POLENTA 100 G • SALADA DE BETERRABA 35 G • MAÇÃ 137 G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95 G • FEIJÃO CARIOCA 100 G • CARNE MOÍDA SEM TOMATE 60 G • FAROFA DE CENOURA 20 G • SALADA DE BRÓCOLIS 30 G • MAMÃO 122 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 SEM OVOS 65 G • SALADA DE ALFACE 15 G • LARANJA 150 G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95 G • FEIJÃO CARIOCA 100 G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 60 G • PURÊ DE BATATA 60 G • SALADA DE PEPINO 35 G • LARANJA 150 G 		
LANCHE	<ul style="list-style-type: none"> • VITAMINA DE MANGA 180 ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20 G 	<ul style="list-style-type: none"> • BATIDA DE MAÇÃ 190 ML • PÃO DE FORMA 37,5 G • QUEIJO 20 G 	<ul style="list-style-type: none"> • MANGA 120 G • FLOCOS DE ARROZ 15 G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO DE UVA 200 ML • PÃO DE LEITE 37,5 G • MANTEIGA 8 G 		
JANTAR	<ul style="list-style-type: none"> • SOPA DE FEIJÃO COM MACARRÃO SEM OVOS 180 G 	<ul style="list-style-type: none"> • SOPA DE ARROZ, LEGUMES E FRANGO 180 G 	<ul style="list-style-type: none"> • POLENTA - JANTAR 120 G • CARNE MOÍDA SEM TOMATE 60 G 	<ul style="list-style-type: none"> • RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES 180 G 		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 63,54 Lipídios (g): 30,79 Carboidrato (g): 181,38 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 425,45 Vitamina C (mg): 107,59 Energia (Kcal): 1236,02					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 64,01 Lipídios (g): 32,86 Carboidrato (g): 176,98 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 565,22 Vitamina C (mg): 118,46 Energia (Kcal): 1237,03					