

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		• SOPA DE FEIJÃO, LEGUMES E MACARRÃO SEM OVOS 180 G • PONKAN 230 G	• SUCO DE MAÇÃ 200 ML • PÃO FRANCÊS 37,5 G • MANGA 120 G	• RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES 180 G • MAÇÃ 137 G	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
LANCHE		• SOPA DE FEIJÃO, LEGUMES E MACARRÃO SEM OVOS 180 G • PONKAN 230 G	• SUCO DE MAÇÃ 200 ML • PÃO FRANCÊS 37,5 G • MANGA 120 G	• RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES 180 G • MAÇÃ 137 G	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 19,94 Lipídios (g): 3,73 Carboidrato (g): 106,22 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 378,19 Vitamina C (mg): 94,15 Energia (Kcal): 495,95					

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
LANCHE	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
LANCHE	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	• ARROZ 95 G • CARNE MOÍDA AO MOLHO COM CENOURA E ERVILHA 70 G • MELÃO 170 G	• IOGURTE DE MORANGO 180 ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20 G • MANGA 120 G	• SANDUÍCHE DE QUEIJO COM ALFACE E TOMATE 80 G • SUCO DE LARANJA 200 ML • MAÇÃ 137 G	
LANCHE	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	• ARROZ 95 G • CARNE MOÍDA AO MOLHO COM CENOURA E ERVILHA 70 G • MELÃO 170 G	• IOGURTE DE MORANGO 180 ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20 G • MANGA 120 G	• SANDUÍCHE DE QUEIJO COM ALFACE E TOMATE 80 G • SUCO DE LARANJA 200 ML • MAÇÃ 137 G	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 26,42 Lipídios (g): 10,40 Carboidrato (g): 109,83 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 277,05 Vitamina C (mg): 122,15 Energia (Kcal): 627,07					

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	• VITAMINA DE MORANGO 180 ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20 G • MANGA 120 G	• LARANJA 150 G • SOPA DE ARROZ, LEGUMES E FRANGO 180 G	• QUIRERA - JANTAR 120 G • FRANGO AO MOLHO COM CENOURA E VAGEM 70 G • MAÇÃ 137 G	• SUCO DE LARANJA 200 ML • PÃO FRANCÊS 37,5 G • MAMÃO 122 G • MANTEIGA 8 G		
LANCHE	• VITAMINA DE MORANGO 180 ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20 G • MANGA 120 G	• SOPA DE ARROZ, LEGUMES E FRANGO 180 G • LARANJA 150 G	• QUIRERA - JANTAR 120 G • FRANGO AO MOLHO COM CENOURA E VAGEM 70 G • MAÇÃ 137 G	• SUCO DE LARANJA 200 ML • PÃO FRANCÊS 37,5 G • MAMÃO 122 G • MANTEIGA 8 G		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 24,75 Lipídios (g): 12,56 Carboidrato (g): 100,89 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 304,81 Vitamina C (mg): 173,90 Energia (Kcal): 601,61					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 23,81 Lipídios (g): 9,26 Carboidrato (g): 105,17 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 318,49 Vitamina C (mg): 134,45 Energia (Kcal): 577,55					