

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
ALMOÇO		● ARROZ BRANCO (60G) 60 G FEN 66,52 ● CENOURA REFOGADA 30 G FEN 19,67 ● SALADA DE TOMATE COM PEPINO 60 G FEN 24,22 ● SAGU DE UVA 100 G FEN 1,77 ● CHUCHU REFOGADO (40) 40 G FEN 13,14	● SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 40 G FEN 18,96 ● ABÓBORA COZIDA (50) 50 G FEN 17,25 ● PONKAN 80 G FEN 26,40 ● ARROZ (80) 80 G FEN 87,96 ● ABOBRINHA REFOGADA COM TOMATE 35 G FEN 26,37	● ARROZ BRANCO (60G) 60 G FEN 66,52 ● LARANJA 100 G FEN 30,00 ● BRÓCOLIS COZIDO 50 G FEN 99,64 ● BETERRABA COZIDA (30) 30 G FEN 13,50		RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 5,60 Lipídios (g): 2,76 Carboidrato (g): 44,00 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 605,55 Vitamina C (mg): 63,64 Energia (Kcal): 217,76					

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
ALMOÇO	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	● ARROZ (80) 80 G FEN 87,96 ● CENOURA REFOGADA (50) 50 G FEN 25,36 ● BATATA PALHA 25 G FEN 14,34 ● SALADA DE ALFACE 15 G FEN 7,97 ● SALADA DE FRUTAS 100 G FEN 30,24	● ARROZ BRANCO (60G) 60 G FEN 66,52 ● BRÓCOLIS COZIDO (30) 30 G FEN 38,25 ● SALADA DE TOMATE COM LIMÃO 60 G FEN 23,73 ● CAQUI 120 G FEN 34,28	● ARROZ BRANCO (60G) 60 G FEN 66,52 ● SALADA DE PEPINO COM CHEIRO VERDE 40 G FEN 14,35 ● CENOURA REFOGADA (50) 50 G FEN 25,36 ● MELÃO 150 G FEN 24,89 ● ABOBRINHA REFOGADA 35 G FEN 22,85	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 5,07 Lipídios (g): 4,94 Carboidrato (g): 48,88 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 555,51 Vitamina C (mg): 53,66 Energia (Kcal): 253,74					

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
ALMOÇO	● ARROZ BRANCO (60G) 60 G FEN 66,52 ● BRÓCOLIS COZIDO (22) 22 G FEN 28,47 ● BETERRABA COZIDA (30) 30 G FEN 13,50 ● SALADA DE ALFACE COM CENOURA 30 G FEN 14,76 ● MANGA PICADA 100 G FEN 23,61	● ARROZ (80) 80 G FEN 87,96 ● CENOURA E CHUCHU REFOGADOS 40 G FEN 23,26 ● SALADA DE FRUTAS 100 G FEN 30,24 ● BATATA COZIDA (35) 35 G FEN 29,33 ● SALADA DE TOMATE COM PEPINO 60 G FEN 24,22	● ABOBRINHA REFOGADA COM TOMATE 35 G FEN 26,37 ● SALADA DE COUVE-FLOR COM LIMÃO 30 G FEN 39,64 ● ARROZ BRANCO (60G) 60 G FEN 66,52 ● ABÓBORA REFOGADA (40) 40 G FEN 16,70 ● PONKAN 80 G FEN 26,40	● ARROZ BRANCO (60G) 60 G FEN 66,52 ● SALADA DE CENOURA RALADA COM LIMÃO 25 G FEN 12,23 ● BATATA DOCE COZIDA (35) 35 G FEN 30,00 ● CAQUI 120 G FEN 34,28 ● CHUCHU REFOGADO (40) 40 G FEN 13,14		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 5,23 Lipídios (g): 2,22 Carboidrato (g): 52,38 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 936,09 Vitamina C (mg): 65,13 Energia (Kcal): 242,19					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 5,29 Lipídios (g): 3,20 Carboidrato (g): 48,82 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 722,76 Vitamina C (mg): 61,24 Energia (Kcal): 238,33					

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
INTEGRAL MANHÃ		• MILK SHAKE DE COCO FENIL COM BANANA 190 ML FEN 36,67 • BISCOITO SALGADO FENIL 50 G FEN 0,00 • CAQUI 120 G FEN 34,28	• CHÁ DE CAMOMILA 190 ML FEN 0,00 • PÃO DE QUEIJO - FENIL 50 G FEN 15,90 • MAÇÃ 100 G FEN 8,00	• MILK SHAKE DE COCO FENIL COM BANANA 190 ML FEN 36,67 • BOLO FENIL 50 G FEN 8,50		RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 1,27 Lipídios (g): 9,80 Carboidrato (g): 70,06 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 54,18 Vitamina C (mg): 18,59 Energia (Kcal): 366,00					

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
INTEGRAL MANHÃ	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	• CHÁ DE HORTELÃ 190 ML FEN 0,00 • BOLO FENIL 50 G FEN 8,50 • BANANA 130 G FEN 40,47	• MILK SHAKE DE COCO FENIL COM BANANA 190 ML FEN 36,67 • REQUEIJÃO CREMOSO FENIL 15 G FEN 0,80 • PÃO FENIL (30) 30 G FEN 4,82 • MELÃO PICADO (120) 120 G FEN 23,80	• MILK SHAKE DE COCO FENIL COM BANANA 190 ML FEN 36,67 • PÃO DE QUEIJO - FENIL 50 G FEN 15,90 • MAÇÃ 100 G FEN 8,00	• CHÁ DE CAMOMILA 190 ML FEN 0,00 • PÃO DE QUEIJO - FENIL 50 G FEN 15,90
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 1,86 Lipídios (g): 6,59 Carboidrato (g): 63,72 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 99,28 Vitamina C (mg): 14,99 Energia (Kcal): 312,56					

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
INTEGRAL MANHÃ	● MILK SHAKE DE COCO FENIL COM BANANA 190 ML FEN 36,67 ● REQUEIJÃO CREMOSO FENIL 15 G FEN 0,80 ● PÃO FENIL (30) 30 G FEN 4,82	● CHÁ DE CAMOMILA 190 ML FEN 0,00 ● BOLO FENIL 50 G FEN 8,50 ● MANGA PICADA (140) 140 G FEN 33,05	● MILK SHAKE DE COCO FENIL COM BANANA 190 ML FEN 36,67 ● REQUEIJÃO CREMOSO FENIL 15 G FEN 0,80 ● PÃO FENIL (30) 30 G FEN 4,82	● MILK SHAKE DE COCO FENIL COM BANANA 190 ML FEN 36,67 ● BISCOITO DOCE FENIL 50 G FEN 0,00 ● MAÇÃ 100 G FEN 8,00		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 1,58 Lipídios (g): 9,15 Carboidrato (g): 63,06 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 103,80 Vitamina C (mg): 16,22 Energia (Kcal): 334,38					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 1,60 Lipídios (g): 8,40 Carboidrato (g): 65,21 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 88,62 Vitamina C (mg): 16,42 Energia (Kcal): 335,07					

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
REGULAR TARDE		● SUCO POLPA DE ABACAXI 200 ML FEN 12,00 ● SANDUÍCHE NATURAL FENIL 100 G FEN 34,92 ● BANANA (120) 120 G FEN 37,36	● SUCO TETRA PAK 200 ML FEN 20,00 ● BANANA 130 G FEN 40,47 ● BOLO FENIL 50 G FEN 8,50	● SUCO POLPA DE UVA 200 ML FEN 11,00 ● PÃO FENIL 50 G FEN 8,03 ● REQUEIJÃO CREMOSO FENIL 15 G FEN 0,80		RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 2,05 Lipídios (g): 8,36 Carboidrato (g): 69,05 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 24,09 Vitamina C (mg): 23,07 Energia (Kcal): 347,43					

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
REGULAR TARDE	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	• SUCO POLPA DE GOIABA 200 ML FEN 13,00 • SANDUÍCHE NATURAL FENIL 100 G FEN 34,92 • MANGA PICADA (70) 70 G FEN 16,53	• SAGU DE UVA 150 G FEN 2,06 • MAÇÃ 100 G FEN 8,00 • BANANA 130 G FEN 40,47	• SUCO TETRA PAK 200 ML FEN 20,00 • BOLO FENIL 50 G FEN 8,50 • BANANA (120) 120 G FEN 37,36	• CHÁ DE CAMOMILA 190 ML FEN 0,00 • PÃO DE QUEIJO - FENIL 50 G FEN 15,90
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 1,96 Lipídios (g): 4,83 Carboidrato (g): 65,88 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 45,10 Vitamina C (mg): 16,22 Energia (Kcal): 301,17					

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
REGULAR TARDE	● SUCO TETRA PAK 200 ML FEN 20,00 ● SANDUÍCHE NATURAL FENIL 100 G FEN 34,92 ● CAQUI 120 G FEN 34,28	● SAGU DE UVA 150 G FEN 2,06 ● BANANA 130 G FEN 40,47	● MILK SHAKE DE COCO FENIL COM BANANA 190 ML FEN 36,67 ● BISCOITO DOCE FENIL 50 G FEN 0,00 ● MELÃO PICADO (120) 120 G FEN 23,80	● SUCO POLPA DE MARACUJÁ 200 ML FEN 33,00 ● PÃO DE QUEIJO - FENIL 50 G FEN 15,90 ● MANGA PICADA 100 G FEN 23,61		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 2,16 Lipídios (g): 6,25 Carboidrato (g): 70,42 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 138,60 Vitamina C (mg): 30,93 Energia (Kcal): 334,92					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 2,06 Lipídios (g): 6,31 Carboidrato (g): 68,40 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 73,37 Vitamina C (mg): 23,44 Energia (Kcal): 326,06					