

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, 30/06	Terça-Feira, 01/07	Quarta-Feira, 02/07	Quinta-Feira, 03/07	Sexta-Feira, 04/07	Sábado, 05/07
REGULAR MANHÃ		• SUCO POLPA DE ABACAXI 200 ML • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60 G • PÃO FRANCÊS 50 G • MAÇÃ 100 G	• ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50 G • BANANA 130 G • MACARRÃO PARAFUSO 100 G	• SUCO POLPA DE UVA 200 ML • PÃO DE LEITE 50 G • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60 G • LARANJA 100 G		RECESSO ESCOLAR
REGULAR TARDE		• SUCO POLPA DE ABACAXI 200 ML • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60 G • PÃO FRANCÊS 50 G • MAÇÃ 100 G	• ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50 G • BANANA 130 G • MACARRÃO PARAFUSO 100 G	• SUCO POLPA DE UVA 200 ML • PÃO DE LEITE 50 G • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60 G • LARANJA 100 G		RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 42,40 Lipídios (g): 11,39 Carboidrato (g): 133,32 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 25,72 Vitamina C (mg): 45,89 Energia (Kcal): 792,36					

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 MANHÃ	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	• SUCO POLPA DE GOIABA 200 ML • PÃO DE LEITE 50 G • QUEIJO 20 G • BANANA 130 G • HAMBÚRGUER BOVINO ASSADO 42 G	• SUCO POLPA DE UVA 200 ML • BOLO DE CHOCOLATE 50 G • MAÇÃ 100 G	• ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50 G • MAÇÃ 100 G • ARROZ 100 G	• CHÁ DE CAMOMILA 190 ML • PÃO DE LEITE FATIADO 50 G • QUEIJO 20 G
REGULAR TARDE	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	• SUCO POLPA DE GOIABA 200 ML • PÃO DE LEITE 50 G • QUEIJO 20 G • BANANA 130 G • HAMBÚRGUER BOVINO ASSADO 42 G	• SUCO POLPA DE UVA 200 ML • BOLO DE CHOCOLATE 50 G • MAÇÃ 100 G	• ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50 G • MAÇÃ 100 G • ARROZ 100 G	• CHÁ DE CAMOMILA 190 ML • PÃO DE LEITE FATIADO 50 G • QUEIJO 20 G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 29,23 Lipídios (g): 17,62 Carboidrato (g): 131,16 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 58,54 Vitamina C (mg): 6,95 Energia (Kcal): 783,30					

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 MANHÃ	• MACARRÃO PARAFUSO 100 G • LARANJA 100 G • CARNE MOÍDA REFOGADA 60 G	• VITAMINA DE MORANGO 180 ML • BOLO DE CHOCOLATE 50 G • BANANA 130 G	• BATATA REFOGADA 100 G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50 G • MAÇÃ 100 G	• SUCO POLPA DE MORANGO 200 ML • PÃO DE LEITE 50 G • CARNE MOÍDA REFOGADA 60 G • LARANJA 100 G		
REGULAR TARDE	• MACARRÃO PARAFUSO 100 G • LARANJA 100 G • CARNE MOÍDA REFOGADA 60 G	• VITAMINA DE MORANGO 180 ML • BOLO DE CHOCOLATE 50 G • BANANA 130 G	• BATATA REFOGADA 100 G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50 G • MAÇÃ 100 G	• SUCO POLPA DE MORANGO 200 ML • PÃO DE LEITE 50 G • CARNE MOÍDA REFOGADA 60 G • LARANJA 100 G		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 40,95 Lipídios (g): 18,60 Carboidrato (g): 125,23 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 108,35 Vitamina C (mg): 82,92 Energia (Kcal): 815,07					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 37,08 Lipídios (g): 16,28 Carboidrato (g): 129,59 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 67,70 Vitamina C (mg): 45,19 Energia (Kcal): 797,32					

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, 30/06	Terça-Feira, 01/07	Quarta-Feira, 02/07	Quinta-Feira, 03/07	Sexta-Feira, 04/07	Sábado, 05/07
ALMOÇO		• ARROZ 110 G • FEIJÃO CARIOCA 90 G • BIFE À MILANESA 100 G • CENOURA REFOGADA 30 G • SALADA DE TOMATE 60 G • LARANJA 100 G	• ARROZ 110 G • FEIJÃO PRETO 90 G • BOLINHO DE CARNE ASSADO 90 G • MACARRÃO PARAFUSO ALHO E ÓLEO 80 G • SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 40 G • LARANJA 100 G	• ARROZ 110 G • FEIJÃO CARIOCA 90 G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 80 G • BATATA SAUTÉ 55 G • SALADA DE BETERRABA COZIDA 50 G • LARANJA 100 G		RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 41,16 Lipídios (g): 14,95 Carboidrato (g): 91,23 Cálcio (mg): 87,79 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 154,93 Vitamina C (mg): 72,84 Energia (Kcal): 666,27					

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 110 G • FEIJÃO CARIOCA 90 G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 80 G • BATATA PALHA 25 G • SALADA DE ALFACE 15 G • LARANJA 100 G	• ARROZ 110 G • FEIJÃO PRETO 90 G • BIFE À MILANESA 100 G • CHUCHU REFOGADO 50 G • SALADA DE TOMATE COM LIMÃO 60 G • MAÇÃ 100 G	• ARROZ 110 G • FEIJÃO CARIOCA 90 G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 80 G • BATATA REFOGADA 50 G • SALADA DE PEPINO 40 G • BANANA 130 G	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 41,32 Lipídios (g): 18,41 Carboidrato (g): 86,13 Cálcio (mg): 61,85 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 28,19 Vitamina C (mg): 39,07 Energia (Kcal): 674,88					

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 110 G • FEIJÃO PRETO 90 G • BOLINHO DE CARNE ASSADO 90 G • FARINHA DE MANDIOCA TORRADA 35 G • SALADA DE BETERRABA RALADA 25 G • LARANJA 100 G	• ARROZ 110 G • FEIJÃO CARIOCA 90 G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 80 G • CENOURA REFOGADA 30 G • SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 40 G • LARANJA 100 G	• ARROZ 110 G • FEIJÃO PRETO 90 G • BIFE À MILANESA 100 G • ABOBRINHA REFOGADA 35 G • SALADA DE COUVE-FLOR COM LIMÃO 30 G • LARANJA 100 G	• ARROZ 110 G • FEIJÃO CARIOCA 90 G • CARNE MOÍDA REFOGADA 80 G • MACARRÃO PARAFUSO ALHO E ÓLEO 80 G • SALADA DE CENOURA RALADA COM LIMÃO 25 G • MAÇÃ 100 G		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 40,33 Lipídios (g): 17,02 Carboidrato (g): 91,13 Cálcio (mg): 86,57 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 191,75 Vitamina C (mg): 55,25 Energia (Kcal): 679,52					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 40,88 Lipídios (g): 16,82 Carboidrato (g): 89,66 Cálcio (mg): 79,52 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 131,64 Vitamina C (mg): 55,68 Energia (Kcal): 674,15					

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, 30/06	Terça-Feira, 01/07	Quarta-Feira, 02/07	Quinta-Feira, 03/07	Sexta-Feira, 04/07	Sábado, 05/07
ALMOÇO		• ARROZ 110 G • FEIJÃO CARIOCA 90 G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 80 G • BATATA SAUTÉ 55 G • SALADA DE BETERRABA COZIDA 50 G • LARANJA 100 G	• ARROZ 110 G • FEIJÃO PRETO 90 G • BIFE À MILANESA 100 G • AIPIM SAUTÉ 85 G • SALADA DE TOMATE 60 G • LARANJA 100 G	• ARROZ 110 G • FEIJÃO CARIOCA 90 G • BOLINHO DE CARNE ASSADO 90 G • MACARRÃO PARAFUSO ALHO E ÓLEO 80 G • SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 40 G • LARANJA 100 G		RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 41,44 Lipídios (g): 15,71 Carboidrato (g): 106,53 Cálcio (mg): 90,25 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 8,28 Vitamina C (mg): 79,23 Energia (Kcal): 734,04					

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 110 G • FEIJÃO CARIOCA 90 G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 80 G • BATATA REFOGADA 50 G • SALADA DE PEPINO 40 G • BANANA 130 G	• ARROZ 110 G • FEIJÃO PRETO 90 G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 80 G • BATATA PALHA 25 G • SALADA DE ALFACE 15 G • LARANJA 100 G	• ARROZ 110 G • FEIJÃO CARIOCA 90 G • BIFE À MILANESA 100 G • CHUCHU REFOGADO 50 G • SALADA DE TOMATE COM LIMÃO 60 G • MAÇÃ 100 G	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 41,32 Lipídios (g): 18,41 Carboidrato (g): 86,13 Cálcio (mg): 61,85 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 28,19 Vitamina C (mg): 39,07 Energia (Kcal): 674,88					

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 110 G • FEIJÃO PRETO 90 G • BATATA DOCE ASSADA 50 G • SALADA DE TOMATE 60 G • BANANA 130 G • BIFE À MILANESA 100 G	• ARROZ 110 G • FEIJÃO CARIOCA 90 G • BIFE À MILANESA 100 G • ABOBRINHA REFOGADA 35 G • SALADA DE COUVE-FLOR COM LIMÃO 30 G • LARANJA 100 G	• ARROZ 110 G • FEIJÃO PRETO 90 G • CARNE MOÍDA REFOGADA 80 G • MACARRÃO PARAFUSO ALHO E ÓLEO 80 G • SALADA DE CENOURA RALADA COM LIMÃO 25 G • MAÇÃ 100 G	• ARROZ 110 G • FEIJÃO CARIOCA 90 G • BOLINHO DE CARNE ASSADO 90 G • FARINHA DE MANDIOCA TORRADA 35 G • SALADA DE BETERRABA COM LIMÃO 50 G • LARANJA 100 G		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 41,32 Lipídios (g): 19,69 Carboidrato (g): 108,83 Cálcio (mg): 84,63 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 811,57 Vitamina C (mg): 45,24 Energia (Kcal): 774,54					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 41,36 Lipídios (g): 18,11 Carboidrato (g): 101,33 Cálcio (mg): 79,48 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 335,57 Vitamina C (mg): 53,59 Energia (Kcal): 732,49					

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, 30/06	Terça-Feira, 01/07	Quarta-Feira, 02/07	Quinta-Feira, 03/07	Sexta-Feira, 04/07	Sábado, 05/07
REGULAR MANHÃ		• ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50 G • BANANA 130 G • MACARRÃO PARAFUSO 100 G	• SUCO POLPA DE UVA 200 ML • PÃO DE LEITE 50 G • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60 G • LARANJA 100 G	• SUCO POLPA DE ABACAXI 200 ML • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60 G • PÃO FRANCÊS 50 G • MAÇÃ 100 G		RECESSO ESCOLAR
REGULAR TARDE		• ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50 G • BANANA 130 G • MACARRÃO PARAFUSO 100 G	• SUCO POLPA DE UVA 200 ML • PÃO DE LEITE 50 G • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60 G • LARANJA 100 G	• SUCO POLPA DE ABACAXI 200 ML • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60 G • PÃO FRANCÊS 50 G • MAÇÃ 100 G		RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 42,40 Lipídios (g): 11,39 Carboidrato (g): 133,32 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 25,72 Vitamina C (mg): 45,89 Energia (Kcal): 792,36					

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 MANHÃ	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	• SUCO POLPA DE UVA 200 ML • BOLO DE CHOCOLATE 50 G • MAÇÃ 100 G	• ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50 G • MAÇÃ 100 G • ARROZ 100 G	• SUCO POLPA DE GOIABA 200 ML • PÃO DE LEITE 50 G • QUEIJO 20 G • BANANA 130 G • HAMBÚRGUER BOVINO ASSADO 42 G	• CHÁ DE CAMOMILA 190 ML • PÃO DE LEITE FATIADO 50 G • QUEIJO 20 G
REGULAR TARDE	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	• SUCO POLPA DE UVA 200 ML • BOLO DE CHOCOLATE 50 G • MAÇÃ 100 G	• ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50 G • MAÇÃ 100 G • ARROZ 100 G	• SUCO POLPA DE GOIABA 200 ML • PÃO DE LEITE 50 G • QUEIJO 20 G • BANANA 130 G • HAMBÚRGUER BOVINO ASSADO 42 G	• CHÁ DE CAMOMILA 190 ML • PÃO DE LEITE FATIADO 50 G • QUEIJO 20 G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 29,23 Lipídios (g): 17,62 Carboidrato (g): 131,16 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 58,54 Vitamina C (mg): 6,95 Energia (Kcal): 783,30					

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 MANHÃ	● BATATA REFOGADA 100 G ● ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50 G ● MAÇÃ 100 G	● SUCO POLPA DE TANGERINA 200 ML ● PÃO DE LEITE 50 G ● CARNE MOÍDA REFOGADA 60 G ● LARANJA 100 G	● MACARRÃO PARAFUSO 100 G ● LARANJA 100 G ● CARNE MOÍDA REFOGADA 60 G	● ARROZ 100 G ● BANANA 130 G ● ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50 G		
REGULAR TARDE	● BATATA REFOGADA 100 G ● ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50 G ● MAÇÃ 100 G	● SUCO POLPA DE TANGERINA 200 ML ● PÃO DE LEITE 50 G ● CARNE MOÍDA REFOGADA 60 G ● LARANJA 100 G	● MACARRÃO PARAFUSO 100 G ● LARANJA 100 G ● CARNE MOÍDA REFOGADA 60 G	● ARROZ 100 G ● BANANA 130 G ● ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50 G		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 42,84 Lipídios (g): 10,91 Carboidrato (g): 108,92 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 18,20 Vitamina C (mg): 83,64 Energia (Kcal): 683,81					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 37,77 Lipídios (g): 13,48 Carboidrato (g): 123,66 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 34,92 Vitamina C (mg): 45,46 Energia (Kcal): 749,59					

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, 30/06	Terça-Feira, 01/07	Quarta-Feira, 02/07	Quinta-Feira, 03/07	Sexta-Feira, 04/07	Sábado, 05/07
INTEGRAL MANHÃ		• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190 ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 50 G • MAÇÃ 100 G	• CHÁ DE CAMOMILA 190 ML • PÃO DE LEITE FATIADO 50 G • QUEIJO 20 G • MAÇÃ 100 G	• LEITE COM AROMA DE COCO 190 ML • BOLO DE CHOCOLATE 50 G • BANANA 130 G		RECESSO ESCOLAR
INTEGRAL TARDE		• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190 ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 50 G • MAÇÃ 100 G	• CHÁ DE CAMOMILA 190 ML • PÃO DE LEITE FATIADO 50 G • QUEIJO 20 G • MAÇÃ 100 G	• LEITE COM AROMA DE COCO 190 ML • BOLO DE CHOCOLATE 50 G • BANANA 130 G		RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 21,86 Lipídios (g): 20,06 Carboidrato (g): 155,54 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 166,83 Vitamina C (mg): 8,30 Energia (Kcal): 866,76					

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
INTEGRAL MANHÃ	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	• CHÁ DE HORTELÃ 190 ML • BOLO DE CHOCOLATE 50 G • BANANA 130 G	• VITAMINA DE MORANGO 180 ML • PÃO DE LEITE 50 G • MANTEIGA 10 G • MAÇÃ 100 G	• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190 ML • PÃO FRANCÊS 50 G • QUEIJO 20 G • BANANA 130 G	• CHÁ DE CAMOMILA 190 ML • PÃO DE LEITE FATIADO 50 G • QUEIJO 20 G
INTEGRAL TARDE	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	• CHÁ DE HORTELÃ 190 ML • BOLO DE CHOCOLATE 50 G • BANANA 130 G	• VITAMINA DE MORANGO 180 ML • PÃO DE LEITE 50 G • MANTEIGA 10 G • MAÇÃ 100 G	• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190 ML • PÃO FRANCÊS 50 G • QUEIJO 20 G • BANANA 130 G	• CHÁ DE CAMOMILA 190 ML • PÃO DE LEITE FATIADO 50 G • QUEIJO 20 G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 24,36 Lipídios (g): 25,45 Carboidrato (g): 138,72 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 212,26 Vitamina C (mg): 8,83 Energia (Kcal): 859,37					

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	• LEITE COM AROMA DE COCO 190 ML • PÃO FRANCÊS 50 G • REQUEIJÃO CREMOSO 15 G • MAÇÃ 100 G	• CHÁ DE CAMOMILA 190 ML • BOLO DE CHOCOLATE 50 G • BANANA 130 G	• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190 ML • PÃO DE LEITE 50 G • MANTEIGA 10 G • BANANA 130 G	• IOGURTE DE MORANGO 180 G • BISCOITO ROSQUINHA 50 G • MAÇÃ 100 G		
INTEGRAL TARDE	• LEITE COM AROMA DE COCO 190 ML • PÃO FRANCÊS 50 G • REQUEIJÃO CREMOSO 15 G • MAÇÃ 100 G	• CHÁ DE CAMOMILA 190 ML • BOLO DE CHOCOLATE 50 G • BANANA 130 G	• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190 ML • PÃO DE LEITE 50 G • MANTEIGA 10 G • BANANA 130 G	• IOGURTE DE MORANGO 180 G • BISCOITO ROSQUINHA 50 G • MAÇÃ 100 G		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 21,19 Lipídios (g): 24,23 Carboidrato (g): 155,12 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 186,09 Vitamina C (mg): 12,01 Energia (Kcal): 906,98					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 22,52 Lipídios (g): 23,54 Carboidrato (g): 149,27 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 190,35 Vitamina C (mg): 9,84 Energia (Kcal): 878,70					

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, 30/06	Terça-Feira, 01/07	Quarta-Feira, 02/07	Quinta-Feira, 03/07	Sexta-Feira, 04/07	Sábado, 05/07
INTEGRAL MANHÃ		• LEITE COM AROMA DE COCO 190 ML • BOLO DE CHOCOLATE 50 G • BANANA 130 G	• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190 ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 50 G • MAÇÃ 100 G	• CHÁ DE CAMOMILA 190 ML • PÃO DE LEITE FATIADO 50 G • QUEIJO 20 G • MAÇÃ 100 G		RECESSO ESCOLAR
INTEGRAL TARDE		• LEITE COM AROMA DE COCO 190 ML • BOLO DE CHOCOLATE 50 G • BANANA 130 G	• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190 ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 50 G • MAÇÃ 100 G	• CHÁ DE CAMOMILA 190 ML • PÃO DE LEITE FATIADO 50 G • QUEIJO 20 G • MAÇÃ 100 G		RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 21,86 Lipídios (g): 20,06 Carboidrato (g): 155,54 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 166,83 Vitamina C (mg): 8,30 Energia (Kcal): 866,76					

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
INTEGRAL MANHÃ	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190 ML • PÃO FRANCÊS 50 G • QUEIJO 20 G • MAÇÃ 100 G	• CHÁ DE HORTELÃ 190 ML • BOLO DE CHOCOLATE 50 G • BANANA 130 G	• VITAMINA DE MORANGO 180 ML • PÃO DE LEITE 50 G • MANTEIGA 10 G • MAÇÃ 100 G	• CHÁ DE CAMOMILA 190 ML • PÃO DE LEITE FATIADO 50 G • QUEIJO 20 G
INTEGRAL TARDE	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190 ML • PÃO FRANCÊS 50 G • QUEIJO 20 G • MAÇÃ 100 G	• CHÁ DE HORTELÃ 190 ML • BOLO DE CHOCOLATE 50 G • BANANA 130 G	• VITAMINA DE MORANGO 180 ML • PÃO DE LEITE 50 G • MANTEIGA 10 G • MAÇÃ 100 G	• CHÁ DE CAMOMILA 190 ML • PÃO DE LEITE FATIADO 50 G • QUEIJO 20 G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 23,59 Lipídios (g): 25,37 Carboidrato (g): 130,79 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 205,16 Vitamina C (mg): 6,22 Energia (Kcal): 827,64					

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	• CHÁ DE HORTELÃ 190 ML • PÃO DE LEITE 50 G • QUEIJO 20 G • MAÇÃ 100 G	• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190 ML • PÃO DE LEITE 50 G • MANTEIGA 10 G • BANANA 130 G	• IOGURTE DE MORANGO 180 G • BISCOITO ROSQUINHA 50 G • MAÇÃ 100 G	• LEITE COM AROMA DE COCO 190 ML • PÃO FRANCÊS 50 G • REQUEIJÃO CREMOSO 15 G • BANANA 130 G		
INTEGRAL TARDE	• CHÁ DE HORTELÃ 190 ML • PÃO DE LEITE 50 G • QUEIJO 20 G • MAÇÃ 100 G	• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190 ML • PÃO DE LEITE 50 G • MANTEIGA 10 G • BANANA 130 G	• IOGURTE DE MORANGO 180 G • BISCOITO ROSQUINHA 50 G • MAÇÃ 100 G	• LEITE COM AROMA DE COCO 190 ML • PÃO FRANCÊS 50 G • REQUEIJÃO CREMOSO 15 G • BANANA 130 G		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 21,66 Lipídios (g): 22,16 Carboidrato (g): 142,29 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 175,29 Vitamina C (mg): 12,01 Energia (Kcal): 841,12					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 22,42 Lipídios (g): 22,76 Carboidrato (g): 141,72 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 183,85 Vitamina C (mg): 8,89 Energia (Kcal): 843,21					

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, 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 • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60 G • PÃO FRANCÊS 50 G • MAÇÃ 100 G	• ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50 G • BANANA 130 G • MACARRÃO PARAFUSO 100 G	• SUCO POLPA DE UVA 200 ML • PÃO DE LEITE 50 G • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60 G • LARANJA 100 G		RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 21,20 Lipídios (g): 5,69 Carboidrato (g): 66,66 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 12,86 Vitamina C (mg): 22,94 Energia (Kcal): 396,18					

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 • PÃO DE LEITE 50 G • QUEIJO 20 G • BANANA 130 G • HAMBÚRGUER BOVINO ASSADO 42 G	• SUCO POLPA DE UVA 200 ML • BOLO DE CHOCOLATE 50 G • MAÇÃ 100 G	• ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50 G • LARANJA 100 G • ARROZ 100 G	• CHÁ DE CAMOMILA 190 ML • PÃO DE LEITE FATIADO 50 G • QUEIJO 20 G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 14,80 Lipídios (g): 8,84 Carboidrato (g): 64,03 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 28,77 Vitamina C (mg): 16,30 Energia (Kcal): 386,96					

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	• MACARRÃO PARAFUSO 100 G • MAÇÃ 100 G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50 G	• SUCO POLPA DE UVA 200 ML • MAÇÃ 100 G • BOLO DE CHOCOLATE 50 G	• BATATA REFOGADA 100 G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50 G • BANANA 130 G	• SUCO POLPA DE MARACUJÁ 200 ML • PÃO DE LEITE 50 G • CARNE MOÍDA REFOGADA 60 G • BANANA 130 G		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 19,22 Lipídios (g): 6,95 Carboidrato (g): 70,44 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 43,70 Vitamina C (mg): 19,17 Energia (Kcal): 411,60					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 18,15 Lipídios (g): 7,30 Carboidrato (g): 67,08 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 29,86 Vitamina C (mg): 19,16 Energia (Kcal): 398,44					

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, 30/06	Terça-Feira, 01/07	Quarta-Feira, 02/07	Quinta-Feira, 03/07	Sexta-Feira, 04/07	Sábado, 05/07
REGULAR TARDE		• ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50 G • BANANA 130 G • MACARRÃO PARAFUSO 100 G	• SUCO POLPA DE UVA 200 ML • PÃO DE LEITE 50 G • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60 G • LARANJA 100 G	• SUCO POLPA DE ABACAXI 200 ML • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60 G • PÃO FRANCÊS 50 G • MAÇÃ 100 G		RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 21,20 Lipídios (g): 5,69 Carboidrato (g): 66,66 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 12,86 Vitamina C (mg): 22,94 Energia (Kcal): 396,18					

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 UVA 200 ML • BOLO DE CHOCOLATE 50 G • MAÇÃ 100 G	• ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50 G • LARANJA 100 G • ARROZ 100 G	• SUCO POLPA DE GOIABA 200 ML • PÃO DE LEITE 50 G • QUEIJO 20 G • BANANA 130 G • HAMBÚRGUER BOVINO ASSADO 42 G	• CHÁ DE CAMOMILA 190 ML • PÃO DE LEITE FATIADO 50 G • QUEIJO 20 G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 14,80 Lipídios (g): 8,84 Carboidrato (g): 64,03 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 28,77 Vitamina C (mg): 16,30 Energia (Kcal): 386,96					

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	● BATATA REFOGADA 100 G ● ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50 G ● BANANA 130 G	● SUCO POLPA DE TANGERINA 200 ML ● PÃO DE LEITE 50 G ● CARNE MOÍDA REFOGADA 60 G ● BANANA 130 G	● SUCO POLPA DE UVA 200 ML ● MAÇÃ 100 G ● BOLO DE CHOCOLATE 50 G	● ARROZ 100 G ● LARANJA 100 G ● ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50 G		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 18,59 Lipídios (g): 7,08 Carboidrato (g): 67,06 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 23,70 Vitamina C (mg): 30,24 Energia (Kcal): 390,88					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 17,92 Lipídios (g): 7,34 Carboidrato (g): 65,85 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 22,59 Vitamina C (mg): 23,18 Energia (Kcal): 390,90					

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, 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 UVA 200 ML • PÃO DE LEITE 50 G • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60 G • LARANJA 100 G	• SUCO POLPA DE ABACAXI 200 ML • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60 G • PÃO FRANCÊS 50 G • MAÇÃ 100 G	• ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50 G • BANANA 130 G • MACARRÃO PARAFUSO 100 G		RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 21,20 Lipídios (g): 5,69 Carboidrato (g): 66,66 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 12,86 Vitamina C (mg): 22,94 Energia (Kcal): 396,18					

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	• ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50 G • LARANJA 100 G • ARROZ 100 G	• SUCO POLPA DE GOIABA 200 ML • PÃO DE LEITE 50 G • QUEIJO 20 G • HAMBÚRGUER BOVINO ASSADO 42 G • BANANA 130 G	• SUCO POLPA DE UVA 200 ML • BOLO DE CHOCOLATE 50 G • MAÇÃ 100 G	• CHÁ DE CAMOMILA 190 ML • PÃO DE LEITE FATIADO 50 G • QUEIJO 20 G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 14,80 Lipídios (g): 8,84 Carboidrato (g): 64,03 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 28,77 Vitamina C (mg): 16,30 Energia (Kcal): 386,96					

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	• ARROZ 100 G • LARANJA 100 G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50 G	• BATATA REFOGADA 100 G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50 G • BANANA 130 G	• SUCO POLPA DE TANGERINA 200 ML • PÃO DE LEITE 50 G • CARNE MOÍDA REFOGADA 60 G • BANANA 130 G	• MACARRÃO PARAFUSO 100 G • MAÇÃ 100 G • CARNE MOÍDA REFOGADA 60 G		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 21,62 Lipídios (g): 5,46 Carboidrato (g): 59,97 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 13,15 Vitamina C (mg): 30,29 Energia (Kcal): 362,46					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 19,02 Lipídios (g): 6,75 Carboidrato (g): 63,27 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 18,75 Vitamina C (mg): 23,20 Energia (Kcal): 380,57					