

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 COM MOLHO 100 G • CENOURA REFOGADA 30 G • SALADA DE TOMATE 60 G • LARANJA 100 G	• ARROZ 110 G • FEIJÃO PRETO 90 G • ALMÔNDegas DE CARNE ASSADAS AO SUGO 100 G • MACARRÃO PARAFUSO AO SUGO 80 G • SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 40 G • LARANJA 100 G	• ARROZ 110 G • FEIJÃO CARIOCA 90 G • FRICASSÉ DE FRANGO 110 G • PURÊ DE BATATA 40 G • SALADA DE BETERRABA COZIDA 50 G • LARANJA 100 G		RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 38,44 Lipídios (g): 14,55 Carboidrato (g): 92,38 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 220,56 Vitamina C (mg): 75,97 Energia (Kcal): 652,93					

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 • STROGONOFF DE CARNE 110 G • BATATA PALHA 25 G • SALADA DE ALFACE 15 G • LARANJA 100 G	• ARROZ 110 G • FEIJÃO PRETO 90 G • FRANGO AO MOLHO 110 G • CHUCHU REFOGADO 50 G • SALADA DE TOMATE COM LIMÃO 60 G • MAÇÃ 100 G	• ARROZ 110 G • FEIJÃO CARIOCA 90 G • BIFE COM MOLHO 100 G • POLENTA CREMOSA 90 G • SALADA DE PEPINO 40 G • BANANA 130 G	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 36,81 Lipídios (g): 22,54 Carboidrato (g): 82,48 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 41,50 Vitamina C (mg): 34,43 Energia (Kcal): 676,98					

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 • ALMÔNDegas DE FRANGO ASSADAS AO SUGO 100 G • POLENTA CREMOSA 90 G • SALADA DE BETERRABA RALADA 25 G • LARANJA 100 G	• ARROZ 110 G • FEIJÃO CARIOCA 90 G • PICADINHO DE CARNE 100 G • CENOURA REFOGADA 30 G • SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 40 G • LARANJA 100 G	• ARROZ 110 G • FEIJÃO PRETO 90 G • FRANGO AO MOLHO 110 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 AO SUGO 100 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): 38,73 Lipídios (g): 15,47 Carboidrato (g): 82,05 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 200,39 Vitamina C (mg): 58,04 Energia (Kcal): 622,18					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 38,07 Lipídios (g): 17,31 Carboidrato (g): 85,28 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 158,77 Vitamina C (mg): 56,34 Energia (Kcal): 647,85					

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 • ALMÔNDEGAS DE CARNE ASSADAS AO SUGO 100 G • MACARRÃO PARAFUSO AO SUGO 80 G • SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 40 G • LARANJA 100 G	• ARROZ 110 G • FEIJÃO PRETO 90 G • FRICASSÉ DE FRANGO 110 G • PURÊ DE BATATA 40 G • SALADA DE BETERRABA COZIDA 50 G • LARANJA 100 G	• ARROZ 110 G • FEIJÃO CARIOCA 90 G • BIFE COM MOLHO 100 G • CENOURA REFOGADA 30 G • SALADA DE TOMATE 60 G • LARANJA 100 G		RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 38,44 Lipídios (g): 14,55 Carboidrato (g): 92,38 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 220,56 Vitamina C (mg): 75,97 Energia (Kcal): 652,93					

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 • FRANGO AO MOLHO 110 G • CHUCHU REFOGADO 50 G • SALADA DE TOMATE COM LIMÃO 60 G • MAÇÃ 100 G	• ARROZ 110 G • FEIJÃO PRETO 90 G • BIFE COM MOLHO 100 G • POLENTA CREMOSA 90 G • SALADA DE PEPINO 40 G • LARANJA 100 G	• ARROZ 110 G • FEIJÃO CARIOCA 90 G • STROGONOFF DE CARNE 110 G • BATATA PALHA 25 G • SALADA DE ALFACE 15 G • LARANJA 100 G	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 36,55 Lipídios (g): 22,53 Carboidrato (g): 75,13 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 36,10 Vitamina C (mg): 49,80 Energia (Kcal): 649,57					

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 • FRANGO AO MOLHO 110 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 AO SUGO 100 G • MACARRÃO PARAFUSO ALHO E ÓLEO 80 G • SALADA DE CENOURA RALADA COM LIMÃO 25 G • MAÇÃ 100 G	• ARROZ 110 G • FEIJÃO PRETO 90 G • PICADINHO DE CARNE 100 G • CENOURA REFOGADA 30 G • SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 40 G • LARANJA 100 G	• ARROZ 110 G • FEIJÃO CARIOCA 90 G • FRANGO AO MOLHO 110 G • BATATA DOCE ASSADA 50 G • SALADA DE TOMATE 60 G • BANANA 130 G		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 39,75 Lipídios (g): 20,72 Carboidrato (g): 88,30 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 934,67 Vitamina C (mg): 51,56 Energia (Kcal): 697,52					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 38,40 Lipídios (g): 19,41 Carboidrato (g): 85,58 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 450,87 Vitamina C (mg): 58,36 Energia (Kcal): 669,76					

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 • FRICASSÉ DE FRANGO 110 G • PURÊ DE BATATA 40 G • SALADA DE BETERRABA COZIDA 50 G • LARANJA 100 G	• ARROZ 110 G • FEIJÃO PRETO 90 G • BIFE COM MOLHO 100 G • AIPIM COM MOLHO 80 G • SALADA DE TOMATE 60 G • LARANJA 100 G	• ARROZ 110 G • FEIJÃO CARIOCA 90 G • ALMÔNDEGAS DE CARNE ASSADAS AO SUGO 100 G • MACARRÃO PARAFUSO AO SUGO 80 G • SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 40 G • LARANJA 100 G		RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 38,81 Lipídios (g): 14,41 Carboidrato (g): 108,24 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 75,35 Vitamina C (mg): 83,25 Energia (Kcal): 715,04					

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 • BIFE COM MOLHO 100 G • POLENTA CREMOSA 90 G • SALADA DE PEPINO 40 G • BANANA 130 G	• ARROZ 110 G • FEIJÃO PRETO 90 G • STROGONOFF DE CARNE 110 G • BATATA PALHA 25 G • SALADA DE ALFACE 15 G • LARANJA 100 G	• ARROZ 110 G • FEIJÃO CARIOCA 90 G • FRANGO AO MOLHO 110 G • CHUCHU REFOGADO 50 G • SALADA DE TOMATE COM LIMÃO 60 G • MAÇÃ 100 G	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 36,81 Lipídios (g): 22,54 Carboidrato (g): 82,48 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 41,50 Vitamina C (mg): 34,43 Energia (Kcal): 676,98					

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 • FRANGO AO MOLHO 110 G • BANANA 130 G	• ARROZ 110 G • FEIJÃO CARIOCA 90 G • FRANGO AO MOLHO 110 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 AO SUGO 100 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 • ALMÔNDegas DE FRANGO ASSADAS AO SUGO 100 G • POLENTA CREMOSA 90 G • SALADA DE BETERRABA COM LIMÃO 50 G • LARANJA 100 G		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 38,92 Lipídios (g): 20,29 Carboidrato (g): 93,97 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 822,48 Vitamina C (mg): 47,92 Energia (Kcal): 710,15					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 38,25 Lipídios (g): 19,20 Carboidrato (g): 94,81 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 364,05 Vitamina C (mg): 54,47 Energia (Kcal): 701,66					

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 • FRANGO AO MOLHO 110 G • CHUCHU REFOGADO 50 G • SALADA DE TOMATE 60 G • LARANJA 100 G	• ARROZ 110 G • FEIJÃO PRETO 90 G • CARNE MOÍDA AO SUGO 100 G • MACARRÃO PARAFUSO AO SUGO 80 G • SALADA DE TOMATE 60 G • BANANA 130 G	• ARROZ 110 G • FEIJÃO CARIOCA 90 G • ALMÔNDEGAS DE CARNE ASSADAS AO SUGO 100 G • PURÊ DE BATATA 40 G • SALADA DE BETERRABA COZIDA 50 G • MAÇÃ 100 G		RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 40,24 Lipídios (g): 19,71 Carboidrato (g): 100,17 Cálcio (mg): 111,20 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 59,88 Vitamina C (mg): 42,65 Energia (Kcal): 731,78					

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 • STROGONOFF DE CARNE 110 G • BATATA PALHA 25 G • SALADA DE ALFACE 15 G • BANANA 130 G	• ARROZ 110 G • FEIJÃO PRETO 90 G • FRANGO AO MOLHO 110 G • CHUCHU REFOGADO 50 G • SALADA DE TOMATE COM LIMÃO 60 G • LARANJA 100 G	• ARROZ 110 G • FEIJÃO CARIOCA 90 G • BIFE COM MOLHO 100 G • POLENTA CREMOSA 90 G • SALADA DE PEPINO 40 G • BANANA 130 G	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 37,32 Lipídios (g): 22,59 Carboidrato (g): 87,77 Cálcio (mg): 63,97 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 46,23 Vitamina C (mg): 36,16 Energia (Kcal): 698,13					

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 • ALMÔNDegas DE FRANGO ASSADAS AO SUGO 100 G • POLENTA CREMOSA 90 G • SALADA DE BETERRABA RALADA 25 G • LARANJA 100 G	• ARROZ 110 G • FEIJÃO CARIOCA 90 G • PICADINHO DE CARNE 100 G • CENOURA REFOGADA 30 G • SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 40 G • BANANA 130 G	• ARROZ 110 G • FEIJÃO PRETO 90 G • ISCAS DE FRANGO AO SUGO 110 G • ABOBRINHA REFOGADA 35 G • SALADA DE COUVE-FLOR COM LIMÃO 30 G • BANANA 130 G	• ARROZ 110 G • FEIJÃO CARIOCA 90 G • CARNE MOÍDA AO SUGO 100 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): 40,02 Lipídios (g): 9,94 Carboidrato (g): 93,07 Cálcio (mg): 72,60 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 205,57 Vitamina C (mg): 34,99 Energia (Kcal): 616,19					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 39,28 Lipídios (g): 16,67 Carboidrato (g): 93,61 Cálcio (mg): 81,59 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 114,06 Vitamina C (mg): 37,64 Energia (Kcal): 675,45					

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		● ARROZ 100 G ● BANANA 130 G ● MOLHO DE FRANGO 50 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 ● FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60 G ● PÃO FRANCÊS 50 G ● MAÇÃ 100 G		RECESSO ESCOLAR
REGULAR TARDE		● ARROZ 100 G ● BANANA 130 G ● MOLHO DE FRANGO 50 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 ● FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60 G ● PÃO FRANCÊS 50 G ● MAÇÃ 100 G		RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 42,40 Lipídios (g): 9,42 Carboidrato (g): 125,28 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 24,93 Vitamina C (mg): 45,46 Energia (Kcal): 743,39					

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	• ARROZ 100 G • MAÇÃ 100 G • ISCAS DE CARNE AO SUGO 50 G	• SUCO POLPA DE GOIABA 200 ML • PÃO DE LEITE 50 G • HAMBÚRGUER DE FRANGO ASSADO 42 G • QUEIJO 20 G • BANANA 130 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	• ARROZ 100 G • MAÇÃ 100 G • ISCAS DE CARNE AO SUGO 50 G	• SUCO POLPA DE GOIABA 200 ML • PÃO DE LEITE 50 G • HAMBÚRGUER DE FRANGO ASSADO 42 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): 27,31 Lipídios (g): 18,32 Carboidrato (g): 131,09 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 58,73 Vitamina C (mg): 7,05 Energia (Kcal): 781,63					

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	• PURÊ DE BATATA 80 G • MOLHO DE CARNE 50 G • MAÇÃ 100 G	• SUCO POLPA DE TANGERINA 200 ML • PÃO DE LEITE 50 G • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60 G • BANANA 130 G	• MACARRÃO PARAFUSO 100 G • LARANJA 100 G • MOLHO DE FRANGO 50 G	• ARROZ 100 G • BANANA 130 G • ISCAS DE CARNE AO SUGO 50 G		
REGULAR TARDE	• PURÊ DE BATATA 80 G • MOLHO DE CARNE 50 G • MAÇÃ 100 G	• SUCO POLPA DE TANGERINA 200 ML • PÃO DE LEITE 50 G • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60 G • BANANA 130 G	• MACARRÃO PARAFUSO 100 G • LARANJA 100 G • MOLHO DE FRANGO 50 G	• ARROZ 100 G • BANANA 130 G • ISCAS DE CARNE AO SUGO 50 G		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 45,16 Lipídios (g): 12,88 Carboidrato (g): 125,77 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 76,34 Vitamina C (mg): 62,79 Energia (Kcal): 773,70					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 37,92 Lipídios (g): 13,92 Carboidrato (g): 127,57 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 55,92 Vitamina C (mg): 37,79 Energia (Kcal): 768,31					

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 • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60 G • MAÇÃ 100 G • PÃO FRANCÊS 50 G	• ARROZ 100 G • BANANA 130 G • MOLHO DE CARNE 50 G	• SUCO POLPA DE UVA 200 ML • PÃO DE LEITE 50 G • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60 G • MAÇÃ 100 G		RECESSO ESCOLAR
REGULAR TARDE		• SUCO POLPA DE ABACAXI 200 ML • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60 G • MAÇÃ 100 G • PÃO FRANCÊS 50 G	• ARROZ 100 G • BANANA 130 G • MOLHO DE CARNE 50 G	• SUCO POLPA DE UVA 200 ML • PÃO DE LEITE 50 G • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60 G • MAÇÃ 100 G		RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 37,41 Lipídios (g): 9,37 Carboidrato (g): 129,39 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 25,86 Vitamina C (mg): 10,99 Energia (Kcal): 738,59					

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 • HAMBÚRGUER DE FRANGO ASSADO 42 G • QUEIJO 20 G • BANANA 130 G	• SUCO POLPA DE UVA 200 ML • BOLO DE CHOCOLATE 50 G • MAÇÃ 100 G	• ARROZ 100 G • MAÇÃ 100 G • MOLHO DE FRANGO 50 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 • HAMBÚRGUER DE FRANGO ASSADO 42 G • QUEIJO 20 G • BANANA 130 G	• SUCO POLPA DE UVA 200 ML • BOLO DE CHOCOLATE 50 G • MAÇÃ 100 G	• ARROZ 100 G • MAÇÃ 100 G • MOLHO DE FRANGO 50 G	• CHÁ DE CAMOMILA 190 ML • PÃO DE LEITE FATIADO 50 G • QUEIJO 20 G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 28,50 Lipídios (g): 17,85 Carboidrato (g): 131,07 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 58,83 Vitamina C (mg): 7,05 Energia (Kcal): 781,12					

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 • BOLINHO DE CARNE AO SUGO 70 G	• VITAMINA DE MORANGO 180 ML • BOLO DE CHOCOLATE 50 G • BANANA 130 G	• PURÊ DE BATATA 80 G • MOLHO DE CARNE 50 G • MAÇÃ 100 G	• SUCO POLPA DE MORANGO 200 ML • PÃO DE LEITE 50 G • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60 G • LARANJA 100 G		
REGULAR TARDE	• MACARRÃO PARAFUSO 100 G • LARANJA 100 G • BOLINHO DE CARNE AO SUGO 70 G	• VITAMINA DE MORANGO 180 ML • BOLO DE CHOCOLATE 50 G • BANANA 130 G	• PURÊ DE BATATA 80 G • MOLHO DE CARNE 50 G • MAÇÃ 100 G	• SUCO POLPA DE MORANGO 200 ML • PÃO DE LEITE 50 G • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60 G • LARANJA 100 G		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 42,74 Lipídios (g): 22,29 Carboidrato (g): 132,59 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 159,41 Vitamina C (mg): 86,28 Energia (Kcal): 884,01					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 36,11 Lipídios (g): 17,15 Carboidrato (g): 131,17 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 86,41 Vitamina C (mg): 36,94 Energia (Kcal): 806,93					

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 • MAÇÃ 100 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 • MAÇÃ 100 G	• IOGURTE DE MORANGO 180 G • BISCOITO ROSQUINHA 50 G • MAÇÃ 100 G		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 20,43 Lipídios (g): 24,15 Carboidrato (g): 147,19 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 178,99 Vitamina C (mg): 9,41 Energia (Kcal): 875,25					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 22,25 Lipídios (g): 23,51 Carboidrato (g): 146,39 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 187,77 Vitamina C (mg): 8,89 Energia (Kcal): 867,16					

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		• 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	• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190 ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 50 G • MAÇÃ 100 G		RECESSO ESCOLAR
INTEGRAL TARDE		• 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	• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190 ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 50 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	• VITAMINA DE MORANGO 180 ML • PÃO DE LEITE 50 G • MANTEIGA 10 G • BANANA 130 G	• 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	• CHÁ DE CAMOMILA 190 ML • PÃO DE LEITE FATIADO 50 G • QUEIJO 20 G
INTEGRAL TARDE	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	• VITAMINA DE MORANGO 180 ML • PÃO DE LEITE 50 G • MANTEIGA 10 G • BANANA 130 G	• 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	• 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 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	• CHÁ DE CAMOMILA 190 ML • BOLO DE CHOCOLATE 50 G • BANANA 130 G	• CHÁ DE HORTELÃ 190 ML • PÃO DE LEITE 50 G • QUEIJO 20 G • MAÇÃ 100 G		
INTEGRAL TARDE	• 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	• CHÁ DE CAMOMILA 190 ML • BOLO DE CHOCOLATE 50 G • BANANA 130 G	• CHÁ DE HORTELÃ 190 ML • PÃO DE LEITE 50 G • QUEIJO 20 G • MAÇÃ 100 G		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 19,90 Lipídios (g): 22,31 Carboidrato (g): 149,27 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 141,93 Vitamina C (mg): 12,01 Energia (Kcal): 860,34					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 22,06 Lipídios (g): 22,84 Carboidrato (g): 147,14 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 174,30 Vitamina C (mg): 9,84 Energia (Kcal): 861,74					

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
INTEGRAL MANHÃ		• CHÁ DE HORTELÃ 190 ML • PÃO DE LEITE FATIADO 50 G • QUEIJO 20 G • MAÇÃ 100 G	• LEITE 190 ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 50 G • BANANA 130 G	• LEITE COM AROMA DE COCO 190 ML • BOLO DE CHOCOLATE 50 G • MAÇÃ 100 G		RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 10,66 Lipídios (g): 9,92 Carboidrato (g): 72,62 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 83,42 Vitamina C (mg): 4,15 Energia (Kcal): 411,24					

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
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 12,18 Lipídios (g): 12,72 Carboidrato (g): 69,36 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 106,13 Vitamina C (mg): 4,41 Energia (Kcal): 429,68					

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 • MAÇÃ 100 G	• IOGURTE DE MORANGO 180 G • BISCOITO ROSQUINHA 50 G • BANANA 130 G		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 10,60 Lipídios (g): 12,12 Carboidrato (g): 77,56 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 93,04 Vitamina C (mg): 6,01 Energia (Kcal): 453,49					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 11,19 Lipídios (g): 11,74 Carboidrato (g): 73,23 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 95,18 Vitamina C (mg): 4,92 Energia (Kcal): 433,31					

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 UVA 200 ML • PÃO DE LEITE 50 G • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60 G • MAÇÃ 100 G	• SUCO POLPA DE ABACAXI 200 ML • PÃO FRANCÊS 50 G • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60 G • LARANJA 100 G	• ARROZ 100 G • MOLHO DE CARNE 50 G • BANANA 130 G		RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 18,96 Lipídios (g): 4,73 Carboidrato (g): 62,63 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 12,27 Vitamina C (mg): 22,60 Energia (Kcal): 363,05					

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	• MACARRÃO PARAFUSO 100 G • MOLHO DE FRANGO 50 G • MAÇÃ 100 G	• SUCO POLPA DE GOIABA 200 ML • PÃO DE LEITE 50 G • HAMBÚRGUER DE FRANGO ASSADO 42 G • QUEIJO 20 G • LARANJA 100 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): 14,82 Lipídios (g): 9,12 Carboidrato (g): 62,96 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 25,37 Vitamina C (mg): 15,01 Energia (Kcal): 386,29					

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	• SUCO POLPA DE TANGERINA 200 ML • PÃO DE LEITE 50 G • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60 G • LARANJA 100 G	• PURÊ DE BATATA 80 G • MOLHO DE CARNE 50 G • MAÇÃ 100 G	• ARROZ 100 G • BANANA 130 G • BOLINHO DE CARNE AO SUGO 70 G	• VITAMINA DE MORANGO 180 ML • BOLO DE CHOCOLATE 50 G • MAÇÃ 100 G		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 20,32 Lipídios (g): 11,26 Carboidrato (g): 66,66 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 80,20 Vitamina C (mg): 30,36 Energia (Kcal): 433,90					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 17,95 Lipídios (g): 8,70 Carboidrato (g): 64,21 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 41,73 Vitamina C (mg): 22,66 Energia (Kcal): 397,26					

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 • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60 G • PÃO FRANCÊS 50 G • MAÇÃ 100 G	• ARROZ 100 G • MOLHO DE CARNE 50 G • BANANA 130 G	• SUCO POLPA DE UVA 200 ML • PÃO DE LEITE 50 G • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60 G • MAÇÃ 100 G		RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 18,71 Lipídios (g): 4,68 Carboidrato (g): 64,70 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 12,93 Vitamina C (mg): 5,49 Energia (Kcal): 369,30					

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 • HAMBÚRGUER DE FRANGO ASSADO 42 G • QUEIJO 20 G • BANANA 130 G	• SUCO POLPA DE UVA 200 ML • BOLO DE CHOCOLATE 50 G • MAÇÃ 100 G	• ARROZ 100 G • LARANJA 100 G • MOLHO DE FRANGO 50 G	• CHÁ DE CAMOMILA 190 ML • PÃO DE LEITE FATIADO 50 G • QUEIJO 20 G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 14,44 Lipídios (g): 8,96 Carboidrato (g): 63,98 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 28,92 Vitamina C (mg): 16,36 Energia (Kcal): 385,87					

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 • BOLINHO DE CARNE AO SUGO 70 G	• SUCO POLPA DE UVA 200 ML • MAÇÃ 100 G • BOLO DE CHOCOLATE 50 G	• PURÊ DE BATATA 80 G • MOLHO DE CARNE 50 G • BANANA 130 G	• SUCO POLPA DE MARACUJÁ 200 ML • PÃO DE LEITE 50 G • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60 G • MAÇÃ 100 G		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 18,32 Lipídios (g): 8,50 Carboidrato (g): 70,17 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 65,00 Vitamina C (mg): 19,29 Energia (Kcal): 421,04					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 17,02 Lipídios (g): 7,63 Carboidrato (g): 66,43 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 37,68 Vitamina C (mg): 14,46 Energia (Kcal): 394,14					

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		• ARROZ 100 G • BANANA 130 G • MOLHO DE CARNE 50 G	• SUCO POLPA DE UVA 200 ML • PÃO DE LEITE 50 G • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60 G • MAÇÃ 100 G	• SUCO POLPA DE ABACAXI 200 ML • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60 G • PÃO FRANCÊS 50 G • BANANA 130 G		RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 19,22 Lipídios (g): 4,74 Carboidrato (g): 69,98 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 17,67 Vitamina C (mg): 7,23 Energia (Kcal): 390,45					

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	• ARROZ 100 G • MOLHO DE FRANGO 50 G • LARANJA 100 G	• SUCO POLPA DE GOIABA 200 ML • PÃO DE LEITE 50 G • HAMBÚRGUER DE FRANGO ASSADO 42 G • QUEIJO 20 G • MAÇÃ 100 G	• CHÁ DE CAMOMILA 190 ML • PÃO DE LEITE FATIADO 50 G • QUEIJO 20 G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 14,06 Lipídios (g): 8,92 Carboidrato (g): 60,02 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 25,37 Vitamina C (mg): 15,06 Energia (Kcal): 370,00					

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	• PURÊ DE BATATA 80 G • MOLHO DE CARNE 50 G • BANANA 130 G	• SUCO POLPA DE TANGERINA 200 ML • PÃO DE LEITE 50 G • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60 G • LARANJA 100 G	• SUCO POLPA DE UVA 200 ML • MAÇÃ 100 G • BOLO DE CHOCOLATE 50 G	• ARROZ 100 G • LARANJA 100 G • BOLINHO DE CARNE AO SUGO 70 G		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 17,88 Lipídios (g): 8,67 Carboidrato (g): 65,23 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 44,50 Vitamina C (mg): 43,19 Energia (Kcal): 395,63					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 16,86 Lipídios (g): 7,69 Carboidrato (g): 64,63 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 30,22 Vitamina C (mg): 23,15 Energia (Kcal): 384,90					

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 • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60 G • PÃO FRANCÊS 50 G • MAÇÃ 100 G	• ARROZ 100 G • BANANA 130 G • MOLHO DE CARNE 50 G		RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 18,96 Lipídios (g): 4,73 Carboidrato (g): 62,63 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 12,27 Vitamina C (mg): 22,60 Energia (Kcal): 363,05					

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	• MACARRÃO PARAFUSO 100 G • MOLHO DE FRANGO 50 G • LARANJA 100 G	• SUCO POLPA DE GOIABA 200 ML • PÃO DE LEITE 50 G • HAMBÚRGUER DE FRANGO ASSADO 42 G • QUEIJO 20 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): 15,20 Lipídios (g): 9,16 Carboidrato (g): 66,92 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 28,92 Vitamina C (mg): 16,31 Energia (Kcal): 402,16					

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 • BOLINHO DE CARNE AO SUGO 70 G	• PURÊ DE BATATA 80 G • MOLHO DE CARNE 50 G • BANANA 130 G	• SUCO POLPA DE TANGERINA 200 ML • PÃO DE LEITE 50 G • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60 G • LARANJA 100 G	• MACARRÃO PARAFUSO 100 G • MAÇÃ 100 G • MOLHO DE CARNE 50 G		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 20,30 Lipídios (g): 6,89 Carboidrato (g): 58,13 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 34,63 Vitamina C (mg): 43,46 Energia (Kcal): 364,00					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 18,08 Lipídios (g): 7,12 Carboidrato (g): 62,56 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 26,45 Vitamina C (mg): 27,90 Energia (Kcal): 377,62					