

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		<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE ABACAXI 200 ML • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60 G • PÃO FRANCÊS 50 G • MAÇÃ 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 50 G • BANANA 130 G • MACARRÃO PARAFUSO 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE UVA 200 ML • PÃO FRANCÊS 50 G • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60 G • LARANJA 100 G 		RECESSO ESCOLAR
REGULAR TARDE		<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE ABACAXI 200 ML • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60 G • PÃO FRANCÊS 50 G • MAÇÃ 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 50 G • BANANA 130 G • MACARRÃO PARAFUSO 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE UVA 200 ML • PÃO FRANCÊS 50 G • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60 G • LARANJA 100 G 		RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 45,09 Lipídios (g): 9,82 Carboidrato (g): 136,74 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 25,98 Vitamina C (mg): 45,33 Energia (Kcal): 804,13					

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	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE GOIABA 200 ML • PÃO FRANCÊS 50 G • HAMBÚRGUER DE FRANGO ASSADO 42 G <ul style="list-style-type: none"> • QUEIJO 20 G • BANANA 130 G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE UVA 200 ML • BOLO DE CHOCOLATE 50 G <ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 50 G <ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ 100 G • ARROZ 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA 190 ML • PÃO FRANCÊS 50 G <ul style="list-style-type: none"> • QUEIJO 20 G
REGULAR TARDE	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE GOIABA 200 ML • PÃO FRANCÊS 50 G • HAMBÚRGUER DE FRANGO ASSADO 42 G <ul style="list-style-type: none"> • QUEIJO 20 G • BANANA 130 G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE UVA 200 ML • BOLO DE CHOCOLATE 50 G <ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 50 G <ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ 100 G • ARROZ 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA 190 ML • PÃO FRANCÊS 50 G <ul style="list-style-type: none"> • QUEIJO 20 G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 29,33 Lipídios (g): 18,21 Carboidrato (g): 134,95 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 60,37 Vitamina C (mg): 7,05 Energia (Kcal): 805,55					

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	<ul style="list-style-type: none"> ● MACARRÃO PARAFUSO 100 G ● LARANJA 100 G ● ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 50 G 	<ul style="list-style-type: none"> ● VITAMINA DE MORANGO 180 ML ● BOLO DE CHOCOLATE 50 G ● BANANA 130 G 	<ul style="list-style-type: none"> ● BATATA REFOGADA 100 G ● ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50 G ● MAÇÃ 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> ● SUCO POLPA DE MORANGO 200 ML ● PÃO FRANCÊS 50 G ● FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60 G ● LARANJA 100 G 		
REGULAR TARDE	<ul style="list-style-type: none"> ● MACARRÃO PARAFUSO 100 G ● LARANJA 100 G ● ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 50 G 	<ul style="list-style-type: none"> ● VITAMINA DE MORANGO 180 ML ● BOLO DE CHOCOLATE 50 G ● BANANA 130 G 	<ul style="list-style-type: none"> ● BATATA REFOGADA 100 G ● ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50 G ● MAÇÃ 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> ● SUCO POLPA DE MORANGO 200 ML ● PÃO FRANCÊS 50 G ● FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60 G ● LARANJA 100 G 		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 45,77 Lipídios (g): 18,04 Carboidrato (g): 127,82 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 110,97 Vitamina C (mg): 83,54 Energia (Kcal): 843,12					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 39,61 Lipídios (g): 15,86 Carboidrato (g): 132,85 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 69,39 Vitamina C (mg): 45,31 Energia (Kcal): 818,82					

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		<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110 G • FEIJÃO CARIOCA 90 G • BIFE À MILANESA 100 G • CENOURA REFOGADA 30 G • SALADA DE TOMATE 60 G • LARANJA 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • 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 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110 G • FEIJÃO CARIOCA 90 G • ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 80 G • BATATA SAUTÉ 55 G • SALADA DE BETERRABA COZIDA 50 G • LARANJA 100 G 		RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 41,29 Lipídios (g): 14,26 Carboidrato (g): 91,23 Cálcio (mg): 89,48 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 154,93 Vitamina C (mg): 72,84 Energia (Kcal): 659,20					

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	<ul style="list-style-type: none"> • 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 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110 G • FEIJÃO PRETO 90 G • PEITO DE FRANGO À MILANESA 100 G • CHUCHU REFOGADO 50 G • SALADA DE TOMATE COM LIMÃO 60 G • MAÇÃ 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • 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): 40,88 Lipídios (g): 17,74 Carboidrato (g): 85,13 Cálcio (mg): 63,49 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 28,13 Vitamina C (mg): 39,13 Energia (Kcal): 660,90					

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	<ul style="list-style-type: none"> • 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 	<ul style="list-style-type: none"> • 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 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110 G • FEIJÃO PRETO 90 G • FRANGO ASSADO 110 G • ABOBRINHA REFOGADA 35 G • SALADA DE COUVE-FLOR COM LIMÃO 30 G • LARANJA 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • 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): 39,17 Lipídios (g): 18,97 Carboidrato (g): 85,49 Cálcio (mg): 86,07 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 194,75 Vitamina C (mg): 55,28 Energia (Kcal): 669,63					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 40,32 Lipídios (g): 17,19 Carboidrato (g): 87,10 Cálcio (mg): 80,32 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 132,82 Vitamina C (mg): 55,70 Energia (Kcal): 663,88					

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		<ul style="list-style-type: none"> • 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 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110 G • FEIJÃO PRETO 90 G • ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 80 G • BATATA SAUTÉ 55 G • SALADA DE BETERRABA COZIDA 50 G • LARANJA 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110 G • FEIJÃO CARIOCA 90 G • BIFE À MILANESA 100 G • CENOURA REFOGADA 30 G • SALADA DE TOMATE 60 G • LARANJA 100 G 		RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 41,29 Lipídios (g): 14,26 Carboidrato (g): 91,23 Cálcio (mg): 89,48 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 154,93 Vitamina C (mg): 72,84 Energia (Kcal): 659,20					

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	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110 G • FEIJÃO CARIOCA 90 G • PEITO DE FRANGO À MILANESA 100 G • CHUCHU REFOGADO 50 G • SALADA DE TOMATE COM LIMÃO 60 G • MAÇÃ 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110 G • FEIJÃO PRETO 90 G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 80 G • BATATA REFOGADA 50 G • SALADA DE PEPINO 40 G • LARANJA 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • 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 	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 40,62 Lipídios (g): 17,73 Carboidrato (g): 77,77 Cálcio (mg): 69,30 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 22,73 Vitamina C (mg): 54,50 Energia (Kcal): 633,49					

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	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110 G • FEIJÃO PRETO 90 G • FRANGO ASSADO 110 G • ABOBRINHA REFOGADA 35 G • SALADA DE COUVE-FLOR COM LIMÃO 30 G • LARANJA 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • 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 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110 G • FEIJÃO PRETO 90 G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 80 G • CENOURA REFOGADA 30 G • SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 40 G • LARANJA 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110 G • FEIJÃO CARIOCA 90 G • FRANGO ASSADO 110 G • BATATA DOCE ASSADA 50 G • SALADA DE TOMATE 60 G • BANANA 130 G 		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 40,39 Lipídios (g): 20,67 Carboidrato (g): 86,63 Cálcio (mg): 78,66 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 929,07 Vitamina C (mg): 48,66 Energia (Kcal): 694,07					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 40,73 Lipídios (g): 17,87 Carboidrato (g): 85,35 Cálcio (mg): 79,10 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 424,93 Vitamina C (mg): 57,66 Energia (Kcal): 665,44					

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
ALMOÇO		<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110 G • FEIJÃO CARIOCA 90 G • ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 80 G • BATATA SAUTÉ 55 G • SALADA DE BETERRABA COZIDA 50 G • LARANJA 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110 G • FEIJÃO PRETO 90 G • BIFE À MILANESA 100 G • AIPIM SAUTÉ 85 G • SALADA DE TOMATE 60 G • LARANJA 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • 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): 41,56 Lipídios (g): 15,02 Carboidrato (g): 106,53 Cálcio (mg): 91,94 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 8,28 Vitamina C (mg): 79,23 Energia (Kcal): 726,97					

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	<ul style="list-style-type: none"> • 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 	<ul style="list-style-type: none"> • 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 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110 G • FEIJÃO CARIOCA 90 G • PEITO DE FRANGO À MILANESA 100 G • CHUCHU REFOGADO 50 G • SALADA DE TOMATE COM LIMÃO 60 G • MAÇÃ 100 G 	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 40,88 Lipídios (g): 17,74 Carboidrato (g): 85,13 Cálcio (mg): 63,49 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 28,13 Vitamina C (mg): 39,13 Energia (Kcal): 660,90					

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	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110 G • FEIJÃO PRETO 90 G • BATATA DOCE ASSADA 50 G • SALADA DE TOMATE 60 G • BANANA 130 G • FRANGO ASSADO 110 G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110 G • FEIJÃO CARIOCA 90 G • FRANGO ASSADO 110 G • ABOBRINHA REFOGADA 35 G • SALADA DE COUVE-FLOR COM LIMÃO 30 G • LARANJA 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • 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 	<ul style="list-style-type: none"> • 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): 39,01 Lipídios (g): 23,59 Carboidrato (g): 97,56 Cálcio (mg): 83,63 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 817,56 Vitamina C (mg): 45,30 Energia (Kcal): 754,77					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 40,33 Lipídios (g): 19,26 Carboidrato (g): 96,52 Cálcio (mg): 80,08 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 337,95 Vitamina C (mg): 53,62 Energia (Kcal): 718,27					

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		<ul style="list-style-type: none"> ● ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 50 G ● BANANA 130 G ● MACARRÃO PARAFUSO 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> ● SUCO POLPA DE UVA 200 ML ● PÃO FRANCÊS 50 G ● CARNE MOÍDA PARA PÃO 60 G ● MAÇÃ 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> ● SUCO POLPA DE ABACAXI 200 ML ● FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60 G ● PÃO FRANCÊS 50 G ● BANANA 130 G 		RECESSO ESCOLAR
REGULAR TARDE		<ul style="list-style-type: none"> ● ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 50 G ● BANANA 130 G ● MACARRÃO PARAFUSO 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> ● SUCO POLPA DE UVA 200 ML ● PÃO FRANCÊS 50 G ● CARNE MOÍDA PARA PÃO 60 G ● MAÇÃ 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> ● 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): 45,61 Lipídios (g): 9,84 Carboidrato (g): 151,45 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 36,78 Vitamina C (mg): 14,59 Energia (Kcal): 858,94					

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	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE UVA 200 ML • BOLO DE CHOCOLATE 50 G • MAÇÃ 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 50 G • MAÇÃ 100 G • MACARRÃO PARAFUSO 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE GOIABA 200 ML • PÃO FRANCÊS 50 G • HAMBÚRGUER DE FRANGO ASSADO 42 G • QUEIJO 20 G • BANANA 130 G 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA 190 ML • PÃO FRANCÊS 50 G • QUEIJO 20 G
REGULAR TARDE	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE UVA 200 ML • BOLO DE CHOCOLATE 50 G • MAÇÃ 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 50 G • MAÇÃ 100 G • MACARRÃO PARAFUSO 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE GOIABA 200 ML • PÃO FRANCÊS 50 G • HAMBÚRGUER DE FRANGO ASSADO 42 G • QUEIJO 20 G • BANANA 130 G 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA 190 ML • PÃO FRANCÊS 50 G • QUEIJO 20 G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 30,86 Lipídios (g): 18,62 Carboidrato (g): 140,83 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 60,37 Vitamina C (mg): 6,96 Energia (Kcal): 838,12					

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	<ul style="list-style-type: none"> ● BATATA REFOGADA 100 G ● ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50 G ● MAÇÃ 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> ● SUCO POLPA DE TANGERINA 200 ML ● PÃO FRANCÊS 50 G ● FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60 G ● BANANA 130 G 	<ul style="list-style-type: none"> ● MACARRÃO PARAFUSO 100 G ● LARANJA 100 G ● CARNE MOÍDA REFOGADA 60 G 	<ul style="list-style-type: none"> ● ARROZ 100 G ● BANANA 130 G ● ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 50 G 		
REGULAR TARDE	<ul style="list-style-type: none"> ● BATATA REFOGADA 100 G ● ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50 G ● MAÇÃ 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> ● SUCO POLPA DE TANGERINA 200 ML ● PÃO FRANCÊS 50 G ● FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60 G ● BANANA 130 G 	<ul style="list-style-type: none"> ● MACARRÃO PARAFUSO 100 G ● LARANJA 100 G ● CARNE MOÍDA REFOGADA 60 G 	<ul style="list-style-type: none"> ● ARROZ 100 G ● BANANA 130 G ● ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 50 G 		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 45,24 Lipídios (g): 9,85 Carboidrato (g): 122,55 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 27,58 Vitamina C (mg): 60,69 Energia (Kcal): 734,63					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 40,11 Lipídios (g): 13,04 Carboidrato (g): 137,08 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 42,01 Vitamina C (mg): 28,58 Energia (Kcal): 806,16					

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		<ul style="list-style-type: none"> • LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190 ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 50 G • MAÇÃ 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA 190 ML • PÃO FRANCÊS 50 G • QUEIJO 20 G • MAÇÃ 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE COM AROMA DE COCO 190 ML • BOLO DE CHOCOLATE 50 G • BANANA 130 G 		RECESSO ESCOLAR
INTEGRAL TARDE		<ul style="list-style-type: none"> • LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190 ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 50 G • MAÇÃ 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA 190 ML • PÃO FRANCÊS 50 G • QUEIJO 20 G • MAÇÃ 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE COM AROMA DE COCO 190 ML • BOLO DE CHOCOLATE 50 G • BANANA 130 G 		RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 22,31 Lipídios (g): 20,70 Carboidrato (g): 157,09 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 167,83 Vitamina C (mg): 8,30 Energia (Kcal): 882,03					

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	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE HORTELÃ 190 ML • BOLO DE CHOCOLATE 50 G • BANANA 130 G 	<ul style="list-style-type: none"> • VITAMINA DE MORANGO 180 ML • PÃO FRANCÊS 50 G • MANTEIGA 10 G • MAÇÃ 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190 ML • PÃO FRANCÊS 50 G • QUEIJO 20 G • BANANA 130 G 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA 190 ML • PÃO FRANCÊS 50 G • QUEIJO 20 G
INTEGRAL TARDE	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE HORTELÃ 190 ML • BOLO DE CHOCOLATE 50 G • BANANA 130 G 	<ul style="list-style-type: none"> • VITAMINA DE MORANGO 180 ML • PÃO FRANCÊS 50 G • MANTEIGA 10 G • MAÇÃ 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190 ML • PÃO FRANCÊS 50 G • QUEIJO 20 G • BANANA 130 G 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA 190 ML • PÃO FRANCÊS 50 G • QUEIJO 20 G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 24,73 Lipídios (g): 25,65 Carboidrato (g): 142,55 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 213,76 Vitamina C (mg): 8,83 Energia (Kcal): 880,27					

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	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE COM AROMA DE COCO 190 ML • PÃO FRANCÊS 50 G • REQUEIJÃO CREMOSO 15 G • MAÇÃ 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA 190 ML • BOLO DE CHOCOLATE 50 G • BANANA 130 G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190 ML • PÃO FRANCÊS 50 G • MANTEIGA 10 G • BANANA 130 G 	<ul style="list-style-type: none"> • IOGURTE DE MORANGO 180 G • BISCOITO ROSQUINHA 50 G • MAÇÃ 100 G 		
INTEGRAL TARDE	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE COM AROMA DE COCO 190 ML • PÃO FRANCÊS 50 G • REQUEIJÃO CREMOSO 15 G • MAÇÃ 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA 190 ML • BOLO DE CHOCOLATE 50 G • BANANA 130 G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190 ML • PÃO FRANCÊS 50 G • MANTEIGA 10 G • BANANA 130 G 	<ul style="list-style-type: none"> • IOGURTE DE MORANGO 180 G • BISCOITO ROSQUINHA 50 G • MAÇÃ 100 G 		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 21,23 Lipídios (g): 23,96 Carboidrato (g): 157,78 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 186,83 Vitamina C (mg): 12,01 Energia (Kcal): 916,43					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 22,80 Lipídios (g): 23,68 Carboidrato (g): 152,05 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 191,44 Vitamina C (mg): 9,84 Energia (Kcal): 893,90					

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
INTEGRAL MANHÃ		<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA 190 ML • PÃO FRANCÊS 50 G • QUEIJO 20 G • MAÇÃ 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE COM AROMA DE COCO 190 ML • BOLO DE CHOCOLATE 50 G • BANANA 130 G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190 ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 50 G • MAÇÃ 100 G 		RECESSO ESCOLAR
INTEGRAL TARDE		<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA 190 ML • PÃO FRANCÊS 50 G • QUEIJO 20 G • MAÇÃ 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE COM AROMA DE COCO 190 ML • BOLO DE CHOCOLATE 50 G • BANANA 130 G 	<ul style="list-style-type: none"> • 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): 22,31 Lipídios (g): 20,70 Carboidrato (g): 157,09 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 167,83 Vitamina C (mg): 8,30 Energia (Kcal): 882,03
-----------------	--

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	<ul style="list-style-type: none"> • VITAMINA DE MORANGO 180 ML • PÃO FRANCÊS 50 G • MANTEIGA 10 G • BANANA 130 G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190 ML • PÃO FRANCÊS 50 G • QUEIJO 20 G • MAÇÃ 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE HORTELÃ 190 ML • BOLO DE CHOCOLATE 50 G • BANANA 130 G 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA 190 ML • PÃO FRANCÊS 50 G • QUEIJO 20 G
INTEGRAL TARDE	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	<ul style="list-style-type: none"> • VITAMINA DE MORANGO 180 ML • PÃO FRANCÊS 50 G • MANTEIGA 10 G • BANANA 130 G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190 ML • PÃO FRANCÊS 50 G • QUEIJO 20 G • MAÇÃ 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE HORTELÃ 190 ML • BOLO DE CHOCOLATE 50 G • BANANA 130 G 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA 190 ML • PÃO FRANCÊS 50 G • QUEIJO 20 G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 24,73 Lipídios (g): 25,65 Carboidrato (g): 142,55 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 213,76 Vitamina C (mg): 8,83 Energia (Kcal): 880,27					

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	<ul style="list-style-type: none"> ● PÃO FRANCÊS 50 G ● MANTEIGA 10 G ● LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190 ML ● BANANA 130 G 	<ul style="list-style-type: none"> ● BISCOITO ROSQUINHA 50 G ● IOGURTE DE MORANGO 180 G ● MAÇÃ 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> ● BOLO DE CHOCOLATE 50 G ● CHÁ DE CAMOMILA 190 ML ● BANANA 130 G 	<ul style="list-style-type: none"> ● CHÁ DE HORTELÃ 190 ML ● PÃO FRANCÊS 50 G ● QUEIJO 20 G ● MAÇÃ 100 G 		
INTEGRAL TARDE	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190 ML ● PÃO FRANCÊS 50 G ● MANTEIGA 10 G ● BANANA 130 G 	<ul style="list-style-type: none"> ● BISCOITO ROSQUINHA 50 G ● IOGURTE DE MORANGO 180 G ● MAÇÃ 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> ● BOLO DE CHOCOLATE 50 G ● CHÁ DE CAMOMILA 190 ML ● BANANA 130 G 	<ul style="list-style-type: none"> ● PÃO FRANCÊS 50 G ● CHÁ DE HORTELÃ 190 ML ● QUEIJO 20 G ● MAÇÃ 100 G 		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 19,98 Lipídios (g): 21,76 Carboidrato (g): 154,60 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 143,42 Vitamina C (mg): 12,01 Energia (Kcal): 879,24					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 22,34 Lipídios (g): 22,88 Carboidrato (g): 150,89 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 175,65 Vitamina C (mg): 9,84 Energia (Kcal): 880,38					

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		<ul style="list-style-type: none"> • LEITE COM AROMA DE COCO 190 ML • BOLO DE CHOCOLATE 50 G • BANANA 130 G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190 ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 50 G • MAÇÃ 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA 190 ML • PÃO FRANCÊS 50 G • QUEIJO 20 G • MAÇÃ 100 G 		RECESSO ESCOLAR
INTEGRAL TARDE		<ul style="list-style-type: none"> • LEITE COM AROMA DE COCO 190 ML • BOLO DE CHOCOLATE 50 G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190 ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 50 G • MAÇÃ 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA 190 ML • PÃO FRANCÊS 50 G • QUEIJO 20 G • MAÇÃ 100 G 		RECESSO ESCOLAR

Tabela Nutricional

Cálculo Semanal	Proteína (g): 21,70 Lipídios (g): 20,65 Carboidrato (g): 146,76 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 161,76 Vitamina C (mg): 5,76 Energia (Kcal): 842,37
-----------------	--

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	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190 ML • PÃO FRANCÊS 50 G • QUEIJO 20 G • MAÇÃ 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE HORTELÃ 190 ML • BOLO DE CHOCOLATE 50 G • BANANA 130 G 	<ul style="list-style-type: none"> • VITAMINA DE MORANGO 180 ML • PÃO FRANCÊS 50 G • MANTEIGA 10 G • MAÇÃ 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA 190 ML • PÃO FRANCÊS 50 G • QUEIJO 20 G
INTEGRAL TARDE	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190 ML • PÃO FRANCÊS 50 G • QUEIJO 20 G 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE HORTELÃ 190 ML • BOLO DE CHOCOLATE 50 G • BANANA 130 G 	<ul style="list-style-type: none"> • VITAMINA DE MORANGO 180 ML • PÃO FRANCÊS 50 G • MANTEIGA 10 G 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA 190 ML • PÃO FRANCÊS 50 G • QUEIJO 20 G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 23,82 Lipídios (g): 25,57 Carboidrato (g): 127,04 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 204,66 Vitamina C (mg): 5,02 Energia (Kcal): 820,78					

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	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE HORTELÃ 190 ML • PÃO FRANCÊS 50 G <ul style="list-style-type: none"> • QUEIJO 20 G • MAÇÃ 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190 ML • PÃO FRANCÊS 50 G <ul style="list-style-type: none"> • MANTEIGA 10 G • BANANA 130 G 	<ul style="list-style-type: none"> • IOGURTE DE MORANGO 180 G • BISCOITO ROSQUINHA 50 G • MAÇÃ 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE COM AROMA DE COCO 190 ML • PÃO FRANCÊS 50 G • REQUEIJÃO CREMOSO 15 G • MAÇÃ 100 G 		
INTEGRAL TARDE	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE HORTELÃ 190 ML • PÃO FRANCÊS 50 G <ul style="list-style-type: none"> • QUEIJO 20 G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190 ML • PÃO FRANCÊS 50 G <ul style="list-style-type: none"> • MANTEIGA 10 G 	<ul style="list-style-type: none"> • IOGURTE DE MORANGO 180 G • BISCOITO ROSQUINHA 50 G • MAÇÃ 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE COM AROMA DE COCO 190 ML • PÃO FRANCÊS 50 G • REQUEIJÃO CREMOSO 15 G 		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 20,37 Lipídios (g): 21,50 Carboidrato (g): 124,36 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 163,14 Vitamina C (mg): 6,29 Energia (Kcal): 770,78					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 21,99 Lipídios (g): 22,75 Carboidrato (g): 131,45 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 177,86 Vitamina C (mg): 5,68 Energia (Kcal): 808,49					

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		<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE UVA 200 ML • PÃO FRANCÊS 50 G • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60 G • BANANA 130 G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE ABACAXI 200 ML • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60 G • PÃO FRANCÊS 50 G • MAÇÃ 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 50 G • BANANA 130 G • MACARRÃO PARAFUSO 100 G 		RECESSO ESCOLAR

Tabela Nutricional

Cálculo Semanal	Proteína (g): 22,81 Lipídios (g): 4,92 Carboidrato (g): 75,72 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 18,39 Vitamina C (mg): 7,30 Energia (Kcal): 429,47
-----------------	---

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	<ul style="list-style-type: none"> • ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 50 G • SUCO POLPA DE LARANJA 200 ML • PÃO FRANCÊS 50 G • MAÇÃ 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE GOIABA 200 ML • PÃO FRANCÊS 50 G • HAMBÚRGUER DE FRANGO ASSADO 42 G • QUEIJO 20 G • BANANA 130 G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE UVA 200 ML • BOLO DE CHOCOLATE 50 G • MAÇÃ 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA 190 ML • PÃO FRANCÊS 50 G • QUEIJO 20 G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 15,08 Lipídios (g): 9,40 Carboidrato (g): 70,82 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 30,56 Vitamina C (mg): 3,48 Energia (Kcal): 419,92					

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	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE TANGERINA 200 ML • PÃO FRANCÊS 50 G • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60 G • BANANA 130 G 	<ul style="list-style-type: none"> • BATATA REFOGADA 100 G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50 G • MAÇÃ 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 100 G • BANANA 130 G • ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 50 G 	<ul style="list-style-type: none"> • VITAMINA DE MORANGO 180 ML • BOLO DE CHOCOLATE 50 G • MAÇÃ 100 G 		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 22,03 Lipídios (g): 9,13 Carboidrato (g): 69,78 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 60,04 Vitamina C (mg): 17,46 Energia (Kcal): 434,01					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 19,72 Lipídios (g): 8,08 Carboidrato (g): 71,78 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 37,96 Vitamina C (mg): 9,60 Energia (Kcal): 427,65					

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		<ul style="list-style-type: none"> • IOGURTE DE MORANGO 180 G • MAÇÃ 100 G • BOLO DE CHOCOLATE G/NOT 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE ABACAXI 200 ML • FRANGO REFOGADO PARA PÃO G/NOT 60 G • PÃO FRANCÊS G/NOT 75 G • MAÇÃ 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • BANANA 130 G • ISCAS DE FRANGO REFOGADAS G/NOT 70 G • MACARRÃO PARAFUSO 100 G 		RECESSO ESCOLAR
REGULAR TARDE		<ul style="list-style-type: none"> • IOGURTE DE MORANGO 180 G • MAÇÃ 100 G • BOLO DE CHOCOLATE G/NOT 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE ABACAXI 200 ML • FRANGO REFOGADO PARA PÃO G/NOT 60 G • PÃO FRANCÊS G/NOT 75 G • MAÇÃ 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • BANANA 130 G • ISCAS DE FRANGO REFOGADAS G/NOT 70 G • MACARRÃO PARAFUSO 100 G 		RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 50,51 Lipídios (g): 23,98 Carboidrato (g): 198,75 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 95,97 Vitamina C (mg): 13,11 Energia (Kcal): 1198,66					

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	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE GOIABA 200 ML • PÃO FRANCÊS G/NOT 75 G • HAMBÚRGUER DE FRANGO ASSADO 42 G <ul style="list-style-type: none"> • QUEIJO 20 G • BANANA 130 G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE UVA 200 ML • BOLO DE CHOCOLATE G/NOT 100 G <ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ 100 G • ISCAS DE FRANGO REFOGADAS G/NOT 70 G • MACARRÃO PARAFUSO G/NOT 180 G 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA 190 ML • QUEIJO 20 G • PÃO INTEGRAL FATIADO G/NOT 75 G
REGULAR TARDE	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE GOIABA 200 ML • HAMBÚRGUER DE FRANGO ASSADO 42 G <ul style="list-style-type: none"> • QUEIJO 20 G • PÃO FRANCÊS G/NOT 75 G • BANANA 130 G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE UVA 200 ML • BOLO DE CHOCOLATE G/NOT 100 G <ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ 100 G • ISCAS DE FRANGO REFOGADAS G/NOT 70 G • MACARRÃO PARAFUSO G/NOT 180 G 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA 190 ML • QUEIJO 20 G • PÃO INTEGRAL FATIADO G/NOT 75 G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 41,40 Lipídios (g): 26,08 Carboidrato (g): 195,85 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 82,13 Vitamina C (mg): 7,11 Energia (Kcal): 1159,89					

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	<ul style="list-style-type: none"> ● LARANJA 100 G ● MACARRÃO PARAFUSO G/NOT 180 G ● CARNE MOÍDA REFOGADA G/NOT 75 G 	<ul style="list-style-type: none"> ● VITAMINA DE MORANGO 180 ML ● BOLO DE CHOCOLATE G/NOT 100 G ● BANANA 130 G 	<ul style="list-style-type: none"> ● BATATA REFOGADA G/NOT 180 G ● MAÇÃ 100 G ● MOLHO DE CARNE E CENOURA G/NOT 120 G 	<ul style="list-style-type: none"> ● SUCO POLPA DE MORANGO 200 ML ● FRANGO PARA PÃO COM TOMATE 60 G ● PÃO FRANCÊS G/NOT 75 G ● BANANA 130 G 		
REGULAR TARDE	<ul style="list-style-type: none"> ● LARANJA 100 G ● MACARRÃO PARAFUSO G/NOT 180 G ● CARNE MOÍDA REFOGADA G/NOT 75 G 	<ul style="list-style-type: none"> ● VITAMINA DE MORANGO 180 ML ● BOLO DE CHOCOLATE G/NOT 100 G ● BANANA 130 G 	<ul style="list-style-type: none"> ● MAÇÃ 100 G ● MOLHO DE CARNE E CENOURA G/NOT 120 G ● BATATA REFOGADA G/NOT 180 G 	<ul style="list-style-type: none"> ● SUCO POLPA DE MORANGO 200 ML ● FRANGO PARA PÃO COM TOMATE 60 G ● PÃO FRANCÊS G/NOT 75 G ● BANANA 130 G 		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 59,99 Lipídios (g): 26,91 Carboidrato (g): 200,31 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 235,53 Vitamina C (mg): 81,76 Energia (Kcal): 1264,52					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 50,65 Lipídios (g): 25,81 Carboidrato (g): 198,26 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 141,69 Vitamina C (mg): 35,89 Energia (Kcal): 1208,51					

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		<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE ABACAXI 200 ML • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60 G • PÃO FRANCÊS 50 G • MAÇÃ 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 50 G • BANANA 130 G • MACARRÃO PARAFUSO 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE UVA 200 ML • PÃO FRANCÊS 50 G • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60 G • MAÇÃ 100 G 		RECESSO ESCOLAR

Tabela Nutricional

Cálculo Semanal	Proteína (g): 22,30 Lipídios (g): 4,87 Carboidrato (g): 70,44 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 13,66 Vitamina C (mg): 5,56 Energia (Kcal): 408,31
-----------------	---

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	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE GOIABA 200 ML • PÃO FRANCÊS 50 G • HAMBÚRGUER DE FRANGO ASSADO 42 G <ul style="list-style-type: none"> • QUEIJO 20 G • BANANA 130 G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE UVA 200 ML • BOLO DE CHOCOLATE 50 G <ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 50 G • LARANJA 100 G • MACARRÃO PARAFUSO 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA 190 ML • PÃO FRANCÊS 50 G • QUEIJO 20 G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 15,62 Lipídios (g): 9,34 Carboidrato (g): 68,86 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 29,68 Vitamina C (mg): 16,31 Energia (Kcal): 414,37					

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
REGULAR TARDE	<ul style="list-style-type: none"> ● MACARRÃO PARAFUSO 100 G ● MAÇÃ 100 G ● ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 50 G 	<ul style="list-style-type: none"> ● SUCO POLPA DE UVA 200 ML ● MAÇÃ 100 G ● BOLO DE CHOCOLATE 50 G 	<ul style="list-style-type: none"> ● BATATA REFOGADA 100 G ● ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50 G ● BANANA 130 G 	<ul style="list-style-type: none"> ● SUCO POLPA DE MARACUJÁ 200 ML ● PÃO FRANCÊS 50 G ● FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60 G ● MAÇÃ 100 G 		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 19,84 Lipídios (g): 6,37 Carboidrato (g): 67,78 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 40,78 Vitamina C (mg): 17,93 Energia (Kcal): 400,59					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 18,97 Lipídios (g): 7,04 Carboidrato (g): 68,90 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 29,35 Vitamina C (mg): 13,97 Energia (Kcal): 407,71					

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		<ul style="list-style-type: none"> ● ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 50 G ● BANANA 130 G ● MACARRÃO PARAFUSO 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> ● SUCO POLPA DE UVA 200 ML ● PÃO FRANCÊS 50 G ● CARNE MOÍDA PARA PÃO 60 G ● MAÇÃ 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> ● 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): 22,81 Lipídios (g): 4,92 Carboidrato (g): 75,72 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 18,39 Vitamina C (mg): 7,30 Energia (Kcal): 429,47
-----------------	---

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	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE UVA 200 ML • BOLO DE CHOCOLATE 50 G • MAÇÃ 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 50 G • LARANJA 100 G • MACARRÃO PARAFUSO 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE GOIABA 200 ML • PÃO FRANCÊS 50 G • HAMBÚRGUER DE FRANGO ASSADO 42 G • QUEIJO 20 G • BANANA 130 G 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA 190 ML • PÃO FRANCÊS 50 G • QUEIJO 20 G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 15,62 Lipídios (g): 9,34 Carboidrato (g): 68,86 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 29,68 Vitamina C (mg): 16,31 Energia (Kcal): 414,37					

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
REGULAR TARDE	<ul style="list-style-type: none"> ● BATATA REFOGADA 100 G ● ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50 G ● BANANA 130 G 	<ul style="list-style-type: none"> ● SUCO POLPA DE TANGERINA 200 ML ● PÃO FRANCÊS 50 G ● FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60 G ● MAÇÃ 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> ● SUCO POLPA DE UVA 200 ML ● MAÇÃ 100 G ● BOLO DE CHOCOLATE 50 G 	<ul style="list-style-type: none"> ● ARROZ 100 G ● LARANJA 100 G ● CARNE MOÍDA REFOGADA 60 G 		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 17,90 Lipídios (g): 6,60 Carboidrato (g): 64,37 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 19,94 Vitamina C (mg): 28,68 Energia (Kcal): 374,82					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 18,41 Lipídios (g): 7,14 Carboidrato (g): 69,10 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 23,06 Vitamina C (mg): 18,35 Energia (Kcal): 404,11					

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		<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE UVA 200 ML • PÃO FRANCÊS 50 G • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60 G • MAÇÃ 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE ABACAXI 200 ML • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60 G • PÃO FRANCÊS 50 G • BANANA 130 G 	<ul style="list-style-type: none"> • ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 50 G • BANANA 130 G • MACARRÃO PARAFUSO 100 G 		RECESSO ESCOLAR

Tabela Nutricional

Cálculo Semanal	Proteína (g): 22,81 Lipídios (g): 4,92 Carboidrato (g): 75,72 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 18,39 Vitamina C (mg): 7,30 Energia (Kcal): 429,47
-----------------	---

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	<ul style="list-style-type: none"> • ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 50 G • LARANJA 100 G • MACARRÃO PARAFUSO 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE GOIABA 200 ML • PÃO FRANCÊS 50 G • HAMBÚRGUER DE FRANGO ASSADO 42 G • QUEIJO 20 G • BANANA 130 G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE UVA 200 ML • BOLO DE CHOCOLATE 50 G • MAÇÃ 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA 190 ML • PÃO FRANCÊS 50 G • QUEIJO 20 G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 15,62 Lipídios (g): 9,34 Carboidrato (g): 68,86 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 29,68 Vitamina C (mg): 16,31 Energia (Kcal): 414,37					

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
REGULAR TARDE	<ul style="list-style-type: none"> ● ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 50 G ● SUCO POLPA DE LARANJA 200 ML ● PÃO FRANCÊS 50 G ● LARANJA 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> ● BATATA REFOGADA 100 G ● ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50 G ● BANANA 130 G 	<ul style="list-style-type: none"> ● SUCO POLPA DE TANGERINA 200 ML ● PÃO FRANCÊS 50 G ● FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60 G ● LARANJA 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> ● MACARRÃO PARAFUSO 100 G ● MAÇÃ 100 G ● ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50 G 		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 24,25 Lipídios (g): 5,47 Carboidrato (g): 59,09 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 10,79 Vitamina C (mg): 42,08 Energia (Kcal): 373,08					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 20,72 Lipídios (g): 6,73 Carboidrato (g): 67,18 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 19,73 Vitamina C (mg): 23,22 Energia (Kcal): 403,47					