

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 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • BIFE À MILANESA 100G • CENOURA REFOGADA 30G • SALADA DE TOMATE 60G • LARANJA 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • BOLINHO DE CARNE ASSADO 90G • MACARRÃO PARAFUSO ALHO E ÓLEO 80G • SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 40G • LARANJA 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 80G • BATATA SAUTÉ 55G • SALADA DE BETERRABA COZIDA 50G • LARANJA 100G 		RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 41,29 Lipídios (g): 14,26 Carboidrato (g): 91,23 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 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 80G • BATATA PALHA 25G • SALADA DE ALFACE 15G • LARANJA 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • PEITO DE FRANGO À MILANESA 100G • CHUCHU REFOGADO 50G • SALADA DE TOMATE COM LIMÃO 60G • MAÇÃ 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 80G • BATATA REFOGADA 50G • SALADA DE PEPINO 40G • BANANA 130G 	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 40,88 Lipídios (g): 17,74 Carboidrato (g): 85,13 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 110G • FEIJÃO PRETO 90G • BOLINHO DE CARNE ASSADO 90G • FARINHA DE MANDIOCA TORRADA 35G • SALADA DE BETERRABA RALADA 25G • LARANJA 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 80G • CENOURA REFOGADA 30G • SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 40G • LARANJA 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • FRANGO ASSADO 110G • ABOBRINHA REFOGADA 35G • SALADA DE COUVE-FLOR COM LIMÃO 30G • LARANJA 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • CARNE MOÍDA REFOGADA 80G • MACARRÃO PARAFUSO ALHO E ÓLEO 80G • SALADA DE CENOURA RALADA COM LIMÃO 25G • MAÇÃ 100G 		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 39,17 Lipídios (g): 18,97 Carboidrato (g): 85,49 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 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 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • FRANGO ASSADO 110G • CHUCHU REFOGADO 50G • SALADA DE TOMATE 60G • LARANJA 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • CARNE MOÍDA REFOGADA 80G • MACARRÃO PARAFUSO ALHO E ÓLEO 80G • SALADA DE TOMATE 60G • BANANA 130G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • BOLINHO DE CARNE ASSADO 90G • BATATA SAUTÉ 55G • SALADA DE BETERRABA COZIDA 50G • MAÇÃ 100G 		RECESSO ESCOLAR

Tabela Nutricional

Cálculo Semanal Proteína (g): 39,11 Lipídios (g): 18,77 Carboidrato (g): 93,28 Cálcio (mg): 67,24 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 15,51 Vitamina C (mg): 39,03 Energia (Kcal): 692,09

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 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 80G • BATATA PALHA 25G • SALADA DE ALFACE 15G • BANANA 130G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • PEITO DE FRANGO À MILANESA 100G • CHUCHU REFOGADO 50G • SALADA DE TOMATE COM LIMÃO 60G • LARANJA 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 80G • BATATA REFOGADA 50G • SALADA DE PEPINO 40G • BANANA 130G 	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 41,39 Lipídios (g): 17,79 Carboidrato (g): 90,41 Cálcio (mg): 64,33 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 32,87 Vitamina C (mg): 40,86 Energia (Kcal): 682,06					

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 110G • FEIJÃO PRETO 90G • BOLINHO DE CARNE ASSADO 90G • FARINHA DE MANDIOCA TORRADA 35G • SALADA DE BETERRABA RALADA 25G • LARANJA 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 80G • CENOURA REFOGADA 30G • SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 40G • BANANA 130G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 80G • ABOBRINHA REFOGADA 35G • SALADA DE COUVE-FLOR COM LIMÃO 30G • BANANA 130G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • CARNE MOÍDA REFOGADA 80G • MACARRÃO PARAFUSO ALHO E ÓLEO 80G • SALADA DE CENOURA RALADA COM LIMÃO 25G • MAÇÃ 100G 		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 40,31 Lipídios (g): 13,67 Carboidrato (g): 96,57 Cálcio (mg): 76,52 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 199,88 Vitamina C (mg): 32,24 Energia (Kcal): 665,19					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 40,27 Lipídios (g): 16,44 Carboidrato (g): 93,74 Cálcio (mg): 70,08 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 94,47 Vitamina C (mg): 36,86 Energia (Kcal): 678,32					

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
INTEGRAL MANHÃ		<ul style="list-style-type: none"> ● SUCO POLPA DE UVA 200ML ● BOLO DE CHOCOLATE 50G ● MAÇÃ 100G 	<ul style="list-style-type: none"> ● CHÁ DE CAMOMILA 190ML ● PÃO DE LEITE FATIADO 50G ● QUEIJO 20G ● MAÇÃ 100G 	<ul style="list-style-type: none"> ● SUCO POLPA DE MAÇÃ 200ML ● BOLO DE CHOCOLATE 50G 		RECESSO ESCOLAR
INTEGRAL TARDE		<ul style="list-style-type: none"> ● SUCO POLPA DE UVA 200ML ● BOLO DE CHOCOLATE 50G ● MAÇÃ 100G 	<ul style="list-style-type: none"> ● CHÁ DE CAMOMILA 190ML ● PÃO DE LEITE FATIADO 50G ● QUEIJO 20G ● MAÇÃ 100G 	<ul style="list-style-type: none"> ● SUCO POLPA DE MAÇÃ 200ML ● BOLO DE CHOCOLATE 50G 		RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 16,20 Lipídios (g): 18,78 Carboidrato (g): 145,54 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 77,71 Vitamina C (mg): 3,22 Energia (Kcal): 794,29					

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 190ML • BOLO DE CHOCOLATE 50G • BANANA 130G 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAPIM LIMÃO 190ML • PÃO DE LEITE 50G • MANTEIGA 10G • MAÇÃ 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE UVA 200ML • PÃO FRANCÊS 50G • QUEIJO 20G • BANANA 130G 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA 190ML • PÃO DE LEITE FATIADO 50G • QUEIJO 20G
INTEGRAL TARDE	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE HORTELÃ 190ML • BOLO DE CHOCOLATE 50G • BANANA 130G 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAPIM LIMÃO 190ML • PÃO DE LEITE 50G • MANTEIGA 10G • MAÇÃ 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE UVA 200ML • PÃO FRANCÊS 50G • QUEIJO 20G • BANANA 130G 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA 190ML • PÃO DE LEITE FATIADO 50G • QUEIJO 20G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 15,91 Lipídios (g): 17,07 Carboidrato (g): 131,91 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 102,14 Vitamina C (mg): 8,83 Energia (Kcal): 723,69					

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"> ● SUCO POLPA DE MAÇÃ 200ML ● PÃO FRANCÊS 50G ● REQUEIJÃO CREMOSO 15G ● BANANA 130G 	<ul style="list-style-type: none"> ● CHÁ DE CAMOMILA 190ML ● BOLO DE CHOCOLATE 50G ● BANANA 130G 	<ul style="list-style-type: none"> ● SUCO POLPA DE UVA 200ML ● PÃO DE LEITE 50G ● MANTEIGA 10G ● MAÇÃ 100G 	<ul style="list-style-type: none"> ● IOGURTE DE MORANGO 180G ● BISCOITO ROSQUINHA 50G ● MAÇÃ 100G 		
INTEGRAL TARDE	<ul style="list-style-type: none"> ● SUCO POLPA DE MAÇÃ 200ML ● PÃO FRANCÊS 50G ● REQUEIJÃO CREMOSO 15G ● BANANA 130G 	<ul style="list-style-type: none"> ● CHÁ DE CAMOMILA 190ML ● BOLO DE CHOCOLATE 50G ● BANANA 130G 	<ul style="list-style-type: none"> ● SUCO POLPA DE UVA 200ML ● PÃO DE LEITE 50G ● MANTEIGA 10G ● MAÇÃ 100G 	<ul style="list-style-type: none"> ● IOGURTE DE MORANGO 180G ● BISCOITO ROSQUINHA 50G ● MAÇÃ 100G 		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 15,61 Lipídios (g): 18,14 Carboidrato (g): 159,74 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 106,65 Vitamina C (mg): 12,01 Energia (Kcal): 844,52					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 15,88 Lipídios (g): 17,93 Carboidrato (g): 145,75 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 97,12 Vitamina C (mg): 8,46 Energia (Kcal): 786,88					

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
INTEGRAL MANHÃ		<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE HORTELÃ 190ML • PÃO DE LEITE FATIADO 50G • QUEIJO 20G • MAÇÃ 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE ABACAXI 200ML • BOLO DE CHOCOLATE 50G • BANANA 130G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE MAÇÃ 200ML • BOLO DE CHOCOLATE 50G • BANANA 130G 		RECESSO ESCOLAR

Tabela Nutricional

Cálculo Semanal	Proteína (g): 9,37 Lipídios (g): 9,54 Carboidrato (g): 85,99 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 50,41 Vitamina C (mg): 6,30 Energia (Kcal): 449,96
-----------------	--

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 190ML • BOLO DE CHOCOLATE 50G • BANANA 130G 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAPIM LIMÃO 190ML • PÃO DE LEITE 50G • MANTEIGA 10G • MAÇÃ 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE UVA 200ML • PÃO FRANCÊS 50G • QUEIJO 20G • BANANA 130G 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA 190ML • PÃO DE LEITE FATIADO 50G • QUEIJO 20G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 7,96 Lipídios (g): 8,53 Carboidrato (g): 65,95 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 51,07 Vitamina C (mg): 4,41 Energia (Kcal): 361,84					

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"> ● SUCO POLPA DE MAÇÃ 200ML ● PÃO FRANCÊS 50G ● REQUEIJÃO CREMOSO 15G ● BANANA 130G 	<ul style="list-style-type: none"> ● CHÁ DE CAMOMILA 190ML ● BOLO DE CHOCOLATE 50G ● BANANA 130G 	<ul style="list-style-type: none"> ● SUCO POLPA DE UVA 200ML ● PÃO DE LEITE 50G ● MANTEIGA 10G ● MAÇÃ 100G 	<ul style="list-style-type: none"> ● IOGURTE DE MORANGO 180G ● BISCOITO ROSQUINHA 50G ● BANANA 130G 		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 8,19 Lipídios (g): 9,11 Carboidrato (g): 83,84 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 56,88 Vitamina C (mg): 7,31 Energia (Kcal): 438,13					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 8,43 Lipídios (g): 9,02 Carboidrato (g): 77,92 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 53,00 Vitamina C (mg): 5,98 Energia (Kcal): 413,61					

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

Tabela Nutricional

Cálculo Semanal	Proteína (g): 21,51 Lipídios (g): 4,81 Carboidrato (g): 62,68 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 12,49 Vitamina C (mg): 22,73 Energia (Kcal): 374,05
-----------------	--

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	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE GOIABA 200ML • PÃO DE LEITE 50G • HAMBÚRGUER DE FRANGO ASSADO 42G • QUEIJO 20G • BANANA 130G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE UVA 200ML • BOLO DE CHOCOLATE 50G • MAÇÃ 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 50G • LARANJA 100G • MACARRÃO PARAFUSO 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA 190ML • PÃO DE LEITE FATIADO 50G • QUEIJO 20G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 15,43 Lipídios (g): 9,24 Carboidrato (g): 66,95 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 28,94 Vitamina C (mg): 16,31 Energia (Kcal): 403,92					

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 TARDE	<ul style="list-style-type: none"> ● MACARRÃO PARAFUSO 100G ● MAÇÃ 100G ● CARNE MOÍDA REFOGADA 60G 	<ul style="list-style-type: none"> ● SUCO POLPA DE UVA 200ML ● MAÇÃ 100G ● BOLO DE CHOCOLATE 50G 	<ul style="list-style-type: none"> ● BATATA REFOGADA 100G ● ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50G ● BANANA 130G 	<ul style="list-style-type: none"> ● SUCO POLPA DE MARACUJÁ 200ML ● PÃO DE LEITE 50G ● FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G ● BANANA 130G 		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 18,90 Lipídios (g): 6,65 Carboidrato (g): 70,39 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 43,12 Vitamina C (mg): 18,92 Energia (Kcal): 406,69					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 18,35 Lipídios (g): 7,09 Carboidrato (g): 67,04 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 29,61 Vitamina C (mg): 19,01 Energia (Kcal): 396,78					

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 50G ● BANANA 130G ● MACARRÃO PARAFUSO 100G 	<ul style="list-style-type: none"> ● SUCO POLPA DE UVA 200ML ● PÃO DE LEITE 50G ● CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G ● LARANJA 100G 	<ul style="list-style-type: none"> ● SUCO POLPA DE ABACAXI 200ML ● FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G ● PÃO FRANCÊS 50G ● BANANA 130G 		RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 23,03 Lipídios (g): 5,14 Carboidrato (g): 71,88 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 17,23 Vitamina C (mg): 24,40 Energia (Kcal): 416,92					

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 200ML • BOLO DE CHOCOLATE 50G • MAÇÃ 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 50G • LARANJA 100G • ARROZ 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE GOIABA 200ML • PÃO DE LEITE 50G • HAMBÚRGUER DE FRANGO ASSADO 42G • QUEIJO 20G • BANANA 130G 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA 190ML • PÃO DE LEITE FATIADO 50G • QUEIJO 20G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 14,67 Lipídios (g): 9,04 Carboidrato (g): 64,01 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 28,94 Vitamina C (mg): 16,36 Energia (Kcal): 387,63					

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 TARDE	<ul style="list-style-type: none"> ● BATATA REFOGADA 100G ● ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50G ● BANANA 130G 	<ul style="list-style-type: none"> ● SUCO POLPA DE TANGERINA 200ML ● PÃO DE LEITE 50G ● FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G ● MAÇÃ 100G 	<ul style="list-style-type: none"> ● SUCO POLPA DE UVA 200ML ● MAÇÃ 100G ● BOLO DE CHOCOLATE 50G 	<ul style="list-style-type: none"> ● ARROZ 100G ● LARANJA 100G ● ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 50G 		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 19,19 Lipídios (g): 6,64 Carboidrato (g): 63,06 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 20,41 Vitamina C (mg): 28,99 Energia (Kcal): 375,14					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 18,59 Lipídios (g): 7,10 Carboidrato (g): 65,81 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 22,64 Vitamina C (mg): 23,14 Energia (Kcal): 391,08					