

Observações						
Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 30/06	Terça-Feira, 01/07	Quarta-Feira, 02/07	Quinta-Feira, 03/07	Sexta-Feira, 04/07	Sábado, 05/07
ALMOÇO		• ARROZ 110 G • FEIJÃO PRETO 90 G • BIFE GRELHADO 100 G • CENOURA REFOGADA 30 G • SALADA DE PEPINO 40 G • SAGU DE UVA 100 G	• ARROZ 110 G • FEIJÃO CARIOCA 90 G • BOLINHO DE CARNE ASSADO 90 G • MACARRÃO PARAFUSO ALHO E ÓLEO 80 G • SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 40 G • MANGA PICADA 100 G	• ARROZ 110 G • FEIJÃO PRETO 90 G • FRANGO AO MOLHO (RESTRIÇÃO) 110 G • PURÊ DE BATATA 40 G • SALADA DE BETERRABA COZIDA 50 G • MELÃO 150 G		RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 38,55 Lipídios (g): 19,97 Carboidrato (g): 92,23 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 370,12 Vitamina C (mg): 26,24 Energia (Kcal): 703,60					

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 PRETO 90 G • PICADINHO DE CARNE (RESTRIÇÃO) 100 G • BATATA PALHA 25 G • SALADA DE ALFACE 15 G • SALADA DE FRUTAS SEM ABACAXI 100 G	• ARROZ 110 G • FEIJÃO CARIOCA 90 G • PEITO DE FRANGO GRELHADO 80 G • CHUCHU REFOGADO 50 G • SALADA DE BETERRABA COZIDA 50 G • CAQUI 120 G	• ARROZ 110 G • FEIJÃO PRETO 90 G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 80 G • PURÊ DE AIPIM 65 G • SALADA DE PEPINO COM CHEIRO VERDE 40 G • MELÃO 150 G	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 38,80 Lipídios (g): 14,91 Carboidrato (g): 96,64 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 211,16 Vitamina C (mg): 45,85 Energia (Kcal): 671,22					

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 CARIOCA 90 G • FRANGO ASSADO 110 G • FARINHA DE MANDIOCA TORRADA 35 G • SALADA DE BETERRABA RALADA 25 G • CREME DE MANGA 90 G	• ARROZ 110 G • FEIJÃO PRETO 90 G • PICADINHO DE CARNE (RESTRIÇÃO) 100 G • CENOURA E CHUCHU REFOGADOS 40 G • SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 40 G • SALADA DE FRUTAS SEM ABACAXI 100 G	• ARROZ 110 G • FEIJÃO CARIOCA 90 G • FRANGO ASSADO 110 G • ABOBRINHA REFOGADA 35 G • SALADA DE COUVE-FLOR 30 G • MELÃO 150 G	• ARROZ INTEGRAL 100 G • FEIJÃO PRETO 90 G • CARNE MOÍDA REFOGADA 80 G • MACARRÃO PARAFUSO ALHO E ÓLEO 80 G • SALADA DE CENOURA COZIDA 40 G • CAQUI 120 G		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 39,66 Lipídios (g): 25,04 Carboidrato (g): 95,29 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 384,47 Vitamina C (mg): 41,54 Energia (Kcal): 762,52					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 39,07 Lipídios (g): 20,48 Carboidrato (g): 94,78 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 328,17 Vitamina C (mg): 38,24 Energia (Kcal): 717,46					

Observações						
Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 30/06	Terça-Feira, 01/07	Quarta-Feira, 02/07	Quinta-Feira, 03/07	Sexta-Feira, 04/07	Sábado, 05/07
INTEGRAL MANHÃ		• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190 ML • BISCOITO DE LEITE 50 G • CAQUI 120 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 CENOURA 50 G		RECESSO ESCOLAR
INTEGRAL TARDE		• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190 ML • BISCOITO DE LEITE 50 G • CAQUI 120 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 CENOURA 50 G		RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 21,16 Lipídios (g): 24,90 Carboidrato (g): 129,84 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 211,20 Vitamina C (mg): 25,70 Energia (Kcal): 812,63					

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 • CHINEQUE DE UVA 60 G • BANANA 130 G	• VITAMINA DE BANANA 180 ML • PÃO DE CENOURA 50 G • MANTEIGA 10 G	• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190 ML • PÃO FRANCÊS 50 G • QUEIJO 20 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 • CHINEQUE DE UVA 60 G • BANANA 130 G	• VITAMINA DE BANANA 180 ML • PÃO DE CENOURA 50 G • MANTEIGA 10 G	• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190 ML • PÃO FRANCÊS 50 G • QUEIJO 20 G	• CHÁ DE CAMOMILA 190 ML • PÃO DE LEITE FATIADO 50 G • QUEIJO 20 G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 18,59 Lipídios (g): 19,84 Carboidrato (g): 115,79 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 175,05 Vitamina C (mg): 6,15 Energia (Kcal): 704,03					

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	• CHÁ DE CAMOMILA 190 ML • BOLO DE BAUNILHA 50 G • MAMÃO FATIADO 85 G	• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190 ML • PÃO DE ABÓBORA 50 G • MANTEIGA 10 G	• IOGURTE DE COCO 180 ML • BISCOITO DOCE SEM AMENDOIM E CASTANHAS 50 G • MAÇÃ 100 G		
INTEGRAL TARDE	• LEITE COM AROMA DE COCO 190 ML • PÃO FRANCÊS 50 G • REQUEIJÃO CREMOSO 15 G	• CHÁ DE CAMOMILA 190 ML • BOLO DE BAUNILHA 50 G • MAMÃO FATIADO 85 G	• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190 ML • PÃO DE ABÓBORA 50 G • MANTEIGA 10 G	• IOGURTE DE COCO 180 ML • BISCOITO DOCE SEM AMENDOIM E CASTANHAS 50 G • MAÇÃ 100 G		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 18,62 Lipídios (g): 23,55 Carboidrato (g): 115,29 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 206,81 Vitamina C (mg): 44,41 Energia (Kcal): 746,56					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 19,30 Lipídios (g): 22,57 Carboidrato (g): 119,44 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 196,46 Vitamina C (mg): 25,40 Energia (Kcal): 749,11					

Observações						
Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 30/06	Terça-Feira, 01/07	Quarta-Feira, 02/07	Quinta-Feira, 03/07	Sexta-Feira, 04/07	Sábado, 05/07
REGULAR TARDE		• SUCO POLPA DE MAÇÃ 200 ML • SANDUÍCHE NATURAL SEM TOMATE 100 G	• SOPA DE ARROZ COM FRANGO, ABOBRINHA, BATATA E CENOURA (RESTRIÇÃO) 150 G • BANANA 130 G	• SUCO POLPA DE UVA 200 ML • PÃO DE BATATA 50 G • CARNE MOÍDA REFOGADA 60 G		RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 14,50 Lipídios (g): 4,38 Carboidrato (g): 52,56 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 88,74 Vitamina C (mg): 8,59 Energia (Kcal): 300,33					

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 HAMBÚRGUER 50 G • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60 G	• SAGU DE UVA 150 G • CREME DE LEITE 20 G • MAÇÃ 100 G	• SOPA DE ARROZ COM FRANGO, BATATA E CENOURA (RESTRIÇÃO) 150 G • MANGA PICADA 100 G	• CHÁ DE CAMOMILA 190 ML • PÃO DE LEITE FATIADO 50 G • QUEIJO 20 G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 12,16 Lipídios (g): 4,25 Carboidrato (g): 46,43 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 73,11 Vitamina C (mg): 7,22 Energia (Kcal): 267,01					

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	• SOPA DE FEIJÃO COM CARNE, BATATA E MACARRÃO 150 G • CAQUI 120 G	• SAGU DE UVA 150 G • MAÇÃ 100 G • CREME DE LEITE 20 G	• PURÊ DE BATATA 80 G • MOLHO DE CARNE E CENOURA (RESTRIÇÃO) 50 G • BANANA 130 G	• SUCO POLPA DE MANGA 200 ML • PÃO DE BATATA 50 G • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60 G		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 16,91 Lipídios (g): 5,80 Carboidrato (g): 54,33 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 106,55 Vitamina C (mg): 32,63 Energia (Kcal): 328,44					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 14,52 Lipídios (g): 4,85 Carboidrato (g): 50,97 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 89,53 Vitamina C (mg): 16,83 Energia (Kcal): 298,44					