

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		<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110 G • FEIJÃO PRETO 90 G • BOLINHO DE CARNE ASSADO 90 G • MACARRÃO PARAFUSO AO SUGO 80 G • SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 40 G • PONKAN 80 G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110 G • FEIJÃO CARIOCA 90 G • ISCAS DE FRANGO AO SUGO 110 G • PURÊ DE BATATA 40 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 • CENOURA REFOGADA 30 G • SALADA DE TOMATE COM PEPINO 60 G • SAGU DE UVA 100 G 		RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 43,02 Lipídios (g): 14,51 Carboidrato (g): 101,03 Cálcio (mg): 122,10 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 194,46 Vitamina C (mg): 58,27 Energia (Kcal): 708,21					

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 PRETO 90 G • PEITO DE FRANGO À MILANESA 100 G • CHUCHU REFOGADO 50 G • SALADA DE TOMATE COM LIMÃO 60 G • CAQUI 120 G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110 G • FEIJÃO CARIOCA 90 G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 80 G • CREME DE MILHO 50 G • SALADA DE PEPINO COM CHEIRO VERDE 40 G • SALADA DE FRUTAS 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110 G • FEIJÃO PRETO 90 G • ISCAS DE CARNE AO SUGO 100 G • BATATA PALHA 25 G • SALADA DE ALFACE 15 G • LARANJA 100 G 	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 41,81 Lipídios (g): 18,98 Carboidrato (g): 84,91 Cálcio (mg): 93,90 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 55,66 Vitamina C (mg): 60,52 Energia (Kcal): 675,21					

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 CARIOCA 90 G • FRANGO ASSADO 110 G • ABOBRINHA REFOGADA COM TOMATE 35 G • SALADA DE COUVE-FLOR COM LIMÃO 30 G • LARANJA 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ INTEGRAL 100 G • FEIJÃO PRETO 90 G • CARNE MOÍDA COM TOMATE E CHEIRO VERDE 100 G • MACARRÃO PARAFUSO ALHO E ÓLEO 80 G • SALADA DE CENOURA RALADA COM LIMÃO 25 G • CAQUI 120 G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110 G • FEIJÃO CARIOCA 90 G • PICADINHO DE CARNE 100 G • CENOURA E CHUCHU REFOGADOS 40 G • SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 40 G • SALADA DE FRUTAS 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110 G • FEIJÃO PRETO 90 G • FRANGO AO MOLHO 110 G • BATATA DOCE ASSADA 50 G • SALADA DE ALFACE COM TOMATE 25 G • BANANA 130 G 		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 39,73 Lipídios (g): 20,72 Carboidrato (g): 91,39 Cálcio (mg): 87,48 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 923,88 Vitamina C (mg): 60,35 Energia (Kcal): 706,78					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 41,34 Lipídios (g): 18,34 Carboidrato (g): 92,34 Cálcio (mg): 99,79 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 444,59 Vitamina C (mg): 59,78 Energia (Kcal): 697,74					

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		<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110 G • FEIJÃO PRETO 90 G • ISCAS DE FRANGO AO SUGO 110 G • PURÊ DE BATATA 40 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 • AIPIM COM MOLHO 80 G • SALADA DE TOMATE COM PEPINO 60 G • SAGU DE UVA 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110 G • FEIJÃO PRETO 90 G • BOLINHO DE CARNE ASSADO 90 G • MACARRÃO PARAFUSO AO SUGO 80 G • SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 40 G • PONKAN 80 G 		RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 43,39 Lipídios (g): 14,37 Carboidrato (g): 116,89 Cálcio (mg): 125,41 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 49,25 Vitamina C (mg): 65,55 Energia (Kcal): 770,31					

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
ALMOÇO	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110 G • FEIJÃO PRETO 90 G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 80 G • CREME DE MILHO 50 G • SALADA DE PEPINO COM CHEIRO VERDE 40 G • MELÃO 150 G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110 G • FEIJÃO CARIOCA 90 G • ISCAS DE CARNE AO SUGO 100 G • BATATA PALHA 25 G • SALADA DE ALFACE 15 G • SALADA DE FRUTAS 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 • CAQUI 120 G 	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 41,88 Lipídios (g): 18,94 Carboidrato (g): 86,52 Cálcio (mg): 88,35 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 125,76 Vitamina C (mg): 47,90 Energia (Kcal): 680,87					

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
ALMOÇO	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110 G • FEIJÃO CARIOCA 90 G • BATATA DOCE ASSADA 50 G • SALADA DE ALFACE COM TOMATE 25 G • BANANA 130 G • FRANGO AO MOLHO 110 G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110 G • FEIJÃO PRETO 90 G • FRANGO ASSADO 110 G • ABOBRINHA REFOGADA COM TOMATE 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 COM TOMATE E CHEIRO VERDE 100 G • MACARRÃO PARAFUSO ALHO E ÓLEO 80 G • SALADA DE CENOURA RALADA COM LIMÃO 25 G • CAQUI 120 G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110 G • FEIJÃO PRETO 90 G • ALMÔNDEGAS DE FRANGO ASSADAS AO SUGO 100 G • FAROFA DE COUVE 30 G • SALADA DE BETERRABA COM LIMÃO 50 G • CREME DE MANGA 90 G 		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 40,11 Lipídios (g): 24,38 Carboidrato (g): 100,00 Cálcio (mg): 137,98 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 878,89 Vitamina C (mg): 49,49 Energia (Kcal): 774,89					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 41,62 Lipídios (g): 19,75 Carboidrato (g): 101,02 Cálcio (mg): 119,32 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 404,06 Vitamina C (mg): 53,83 Energia (Kcal): 745,31					

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 MANHÃ		<ul style="list-style-type: none"> SOPA DE ARROZ COM FRANGO, ABOBRINHA, BATATA E CENOURA 150 G BANANA 130 G 	<ul style="list-style-type: none"> SUCO POLPA DE UVA 200 ML PÃO DE BATATA 50 G CARNE MOÍDA PARA PÃO 60 G 	<ul style="list-style-type: none"> SUCO POLPA DE ABACAXI 200 ML SANDUÍCHE NATURAL 100 G 		RECESSO ESCOLAR
REGULAR TARDE		<ul style="list-style-type: none"> SOPA DE ARROZ COM FRANGO, ABOBRINHA, BATATA E CENOURA 150 G BANANA 130 G 	<ul style="list-style-type: none"> SUCO POLPA DE UVA 200 ML PÃO DE BATATA 50 G CARNE MOÍDA PARA PÃO 60 G 	<ul style="list-style-type: none"> SUCO POLPA DE ABACAXI 200 ML SANDUÍCHE NATURAL 100 G 		RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 28,50 Lipídios (g): 8,92 Carboidrato (g): 101,09 Cálcio (mg): 146,09 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 180,39 Vitamina C (mg): 20,50 Energia (Kcal): 588,06					

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"> • SAGU DE UVA 150 G • CREME DE LEITE 20 G • MAÇÃ 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • SOPA DE ARROZ COM FRANGO, BATATA E CENOURA 150 G • CAQUI 120 G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE GOIABA 200 ML • PÃO DE HAMBÚRGUER 50 G • CARNE MOÍDA REFOGADA 60 G • QUEIJO 20 G 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA 190 ML • PÃO INTEGRAL FATIADO 50 G • QUEIJO 20 G
REGULAR TARDE	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	<ul style="list-style-type: none"> • SAGU DE UVA 150 G • CREME DE LEITE 20 G • MAÇÃ 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • SOPA DE ARROZ COM FRANGO, BATATA E CENOURA 150 G • CAQUI 120 G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE GOIABA 200 ML • PÃO DE HAMBÚRGUER 50 G • CARNE MOÍDA REFOGADA 60 G • QUEIJO 20 G 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA 190 ML • PÃO INTEGRAL FATIADO 50 G • QUEIJO 20 G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 24,41 Lipídios (g): 11,58 Carboidrato (g): 95,35 Cálcio (mg): 298,63 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 88,90 Vitamina C (mg): 27,22 Energia (Kcal): 565,32					

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"> • PURÊ DE BATATA 80 G • MOLHO DE CARNE E CENOURA 50 G • CAQUI 120 G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE TANGERINA 200 ML • PÃO DE BATATA 50 G • FRANGO PARA PÃO COM TOMATE 60 G 	<ul style="list-style-type: none"> • SOPA DE FEIJÃO COM CARNE, BATATA E MACARRÃO 150 G • PONKAN 120 G 	<ul style="list-style-type: none"> • RISOTO DE CARNE E BRÓCOLIS 150 G • BANANA 130 G 		
REGULAR TARDE	<ul style="list-style-type: none"> • PURÊ DE BATATA 80 G • MOLHO DE CARNE E CENOURA 50 G • CAQUI 120 G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE TANGERINA 200 ML • PÃO DE BATATA 50 G • FRANGO PARA PÃO COM TOMATE 60 G 	<ul style="list-style-type: none"> • SOPA DE FEIJÃO COM CARNE, BATATA E MACARRÃO 150 G • PONKAN 120 G 	<ul style="list-style-type: none"> • RISOTO DE CARNE E BRÓCOLIS 150 G • BANANA 130 G 		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 39,07 Lipídios (g): 11,82 Carboidrato (g): 98,97 Cálcio (mg): 226,23 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 172,57 Vitamina C (mg): 87,60 Energia (Kcal): 632,22					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 30,86 Lipídios (g): 10,94 Carboidrato (g): 98,23 Cálcio (mg): 230,70 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 144,28 Vitamina C (mg): 47,34 Energia (Kcal): 595,85					

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 MANHÃ		<ul style="list-style-type: none"> SOPA DE ARROZ COM FRANGO, ABOBRINHA, BATATA E CENOURA 150 G BANANA 130 G 	<ul style="list-style-type: none"> SUCO POLPA DE UVA 200 ML PÃO DE BATATA 50 G CARNE MOÍDA PARA PÃO 60 G 	<ul style="list-style-type: none"> SUCO POLPA DE ABACAXI 200 ML SANDUÍCHE NATURAL 100 G 		RECESSO ESCOLAR
REGULAR TARDE		<ul style="list-style-type: none"> SOPA DE ARROZ COM FRANGO, ABOBRINHA, BATATA E CENOURA 150 G BANANA 130 G 	<ul style="list-style-type: none"> SUCO POLPA DE UVA 200 ML PÃO DE BATATA 50 G CARNE MOÍDA PARA PÃO 60 G 	<ul style="list-style-type: none"> SUCO POLPA DE ABACAXI 200 ML SANDUÍCHE NATURAL 100 G 		RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 28,50 Lipídios (g): 8,92 Carboidrato (g): 101,09 Cálcio (mg): 146,09 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 180,39 Vitamina C (mg): 20,50 Energia (Kcal): 588,06					

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"> • SAGU DE UVA 150 G • CREME DE LEITE 20 G • MAÇÃ 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • SOPA DE ARROZ COM FRANGO, BATATA E CENOURA 150 G • CAQUI 120 G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE GOIABA 200 ML • PÃO DE HAMBÚRGUER 50 G • CARNE MOÍDA REFOGADA 60 G • QUEIJO 20 G 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA 190 ML • PÃO INTEGRAL FATIADO 50 G • QUEIJO 20 G
REGULAR TARDE	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	<ul style="list-style-type: none"> • SAGU DE UVA 150 G • CREME DE LEITE 20 G • MAÇÃ 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • SOPA DE ARROZ COM FRANGO, BATATA E CENOURA 150 G • CAQUI 120 G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE GOIABA 200 ML • PÃO DE HAMBÚRGUER 50 G • CARNE MOÍDA REFOGADA 60 G • QUEIJO 20 G 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA 190 ML • PÃO INTEGRAL FATIADO 50 G • QUEIJO 20 G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 24,41 Lipídios (g): 11,58 Carboidrato (g): 95,35 Cálcio (mg): 298,63 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 88,90 Vitamina C (mg): 27,22 Energia (Kcal): 565,32					

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"> • PURÊ DE BATATA 80 G • MOLHO DE CARNE E CENOURA 50 G • CAQUI 120 G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE TANGERINA 200 ML • PÃO DE BATATA 50 G • FRANGO PARA PÃO COM TOMATE 60 G 	<ul style="list-style-type: none"> • SOPA DE FEIJÃO COM CARNE, BATATA E MACARRÃO 150 G • PONKAN 120 G 	<ul style="list-style-type: none"> • RISOTO DE CARNE E BRÓCOLIS 150 G • BANANA 130 G 		
REGULAR TARDE	<ul style="list-style-type: none"> • PURÊ DE BATATA 80 G • MOLHO DE CARNE E CENOURA 50 G • CAQUI 120 G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE TANGERINA 200 ML • PÃO DE BATATA 50 G • FRANGO PARA PÃO COM TOMATE 60 G 	<ul style="list-style-type: none"> • SOPA DE FEIJÃO COM CARNE, BATATA E MACARRÃO 150 G • PONKAN 120 G 	<ul style="list-style-type: none"> • RISOTO DE CARNE E BRÓCOLIS 150 G • BANANA 130 G 		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 39,07 Lipídios (g): 11,82 Carboidrato (g): 98,97 Cálcio (mg): 226,23 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 172,57 Vitamina C (mg): 87,60 Energia (Kcal): 632,22					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 30,86 Lipídios (g): 10,94 Carboidrato (g): 98,23 Cálcio (mg): 230,70 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 144,28 Vitamina C (mg): 47,34 Energia (Kcal): 595,85					

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		<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA 190 ML • PÃO DE LEITE FATIADO 50 G • QUEIJO 20 G • MAÇÃ 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE COM AROMA DE COCO 190 ML • BOLO DE CENOURA 50 G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190 ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 50 G • CAQUI 120 G 		RECESSO ESCOLAR
INTEGRAL TARDE		<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA 190 ML • PÃO DE LEITE FATIADO 50 G • QUEIJO 20 G • MAÇÃ 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE COM AROMA DE COCO 190 ML • BOLO DE CENOURA 50 G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190 ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 50 G • CAQUI 120 G 		RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 20,72 Lipídios (g): 19,92 Carboidrato (g): 135,51 Cálcio (mg): 483,48 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 211,20 Vitamina C (mg): 25,70 Energia (Kcal): 788,29					

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"> • VITAMINA DE MORANGO 180 ML • PÃO DE CENOURA 50 G • MANTEIGA 10 G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190 ML • PÃO DE CENTEIO 50 G • QUEIJO 20 G 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE HORTELÃ 190 ML • CHINEQUE DE UVA 60 G • BANANA 130 G 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA 190 ML • PÃO INTEGRAL FATIADO 50 G • QUEIJO 20 G
INTEGRAL TARDE	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	<ul style="list-style-type: none"> • VITAMINA DE MORANGO 180 ML • PÃO DE CENOURA 50 G • MANTEIGA 10 G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190 ML • PÃO DE CENTEIO 50 G • QUEIJO 20 G 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE HORTELÃ 190 ML • CHINEQUE DE UVA 60 G • BANANA 130 G 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA 190 ML • PÃO INTEGRAL FATIADO 50 G • QUEIJO 20 G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 21,34 Lipídios (g): 22,74 Carboidrato (g): 110,07 Cálcio (mg): 508,94 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 199,39 Vitamina C (mg): 3,91 Energia (Kcal): 715,96					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 28/07	Terça-Feira, 29/07	Quarta-Feira, 30/07	Quinta-Feira, 31/07	Sexta-Feira, 01/08	Sábado, 02/08
INTEGRAL MANHÃ	<ul style="list-style-type: none"> • PÃO DE ABÓBORA 50 G • MANTEIGA 10 G • LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190 ML 	<ul style="list-style-type: none"> • BISCOITO ROSQUINHA 50 G • MAÇÃ 100 G • IOGURTE DE COCO 180 ML 	<ul style="list-style-type: none"> • BOLO DE ABACAXI E CANELA 50 G • MAMÃO FATIADO 85 G • CHÁ DE CAMOMILA 190 ML 	<ul style="list-style-type: none"> • PÃO DE LEITE 50 G • QUEIJO 20 G • CHÁ DE HORTELÃ 190 ML 		
INTEGRAL TARDE	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190 ML • PÃO DE ABÓBORA 50 G • MANTEIGA 10 G 	<ul style="list-style-type: none"> • BISCOITO ROSQUINHA 50 G • IOGURTE DE COCO 180 ML • MAÇÃ 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • BOLO DE ABACAXI E CANELA 50 G • CHÁ DE CAMOMILA 190 ML • MAMÃO FATIADO 85 G 	<ul style="list-style-type: none"> • PÃO DE LEITE 50 G • CHÁ DE HORTELÃ 190 ML • QUEIJO 20 G 		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 17,43 Lipídios (g): 21,64 Carboidrato (g): 110,91 Cálcio (mg): 374,08 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 162,94 Vitamina C (mg): 48,26 Energia (Kcal): 705,46					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 19,75 Lipídios (g): 21,57 Carboidrato (g): 117,31 Cálcio (mg): 452,96 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 189,36 Vitamina C (mg): 25,98 Energia (Kcal): 731,87					

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		<ul style="list-style-type: none"> • LEITE COM AROMA DE COCO 190 ML • BOLO DE CENOURA 50 G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190 ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 50 G • CAQUI 120 G 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA 190 ML • PÃO DE LEITE FATIADO 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 CENOURA 50 G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190 ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 50 G • CAQUI 120 G 	<ul style="list-style-type: none"> • 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): 20,72 Lipídios (g): 19,92 Carboidrato (g): 135,51 Cálcio (mg): 483,48 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 211,20 Vitamina C (mg): 25,70 Energia (Kcal): 788,29					

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"> • LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190 ML • PÃO DE CENTEIO 50 G • QUEIJO 20 G 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE HORTELÃ 190 ML • CHINEQUE DE UVA 60 G • BANANA 130 G 	<ul style="list-style-type: none"> • VITAMINA DE MORANGO 180 ML • PÃO DE CENOURA 50 G • MANTEIGA 10 G 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA 190 ML • PÃO INTEGRAL FATIADO 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 DE CENTEIO 50 G • QUEIJO 20 G 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE HORTELÃ 190 ML • CHINEQUE DE UVA 60 G • BANANA 130 G 	<ul style="list-style-type: none"> • VITAMINA DE MORANGO 180 ML • PÃO DE CENOURA 50 G • MANTEIGA 10 G 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA 190 ML • PÃO INTEGRAL FATIADO 50 G • QUEIJO 20 G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 21,34 Lipídios (g): 22,74 Carboidrato (g): 110,07 Cálcio (mg): 508,94 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 199,39 Vitamina C (mg): 3,91 Energia (Kcal): 715,96					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 28/07	Terça-Feira, 29/07	Quarta-Feira, 30/07	Quinta-Feira, 31/07	Sexta-Feira, 01/08	Sábado, 02/08
INTEGRAL MANHÃ	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE HORTELÃ 190 ML • PÃO DE LEITE 50 G • QUEIJO 20 G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190 ML • PÃO DE ABÓBORA 50 G • MANTEIGA 10 G 	<ul style="list-style-type: none"> • IOGURTE DE COCO 180 ML • BISCOITO ROSQUINHA 50 G • MAÇÃ 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE COM AROMA DE COCO 190 ML • PÃO DE MILHO 50 G • REQUEIJÃO CREMOSO 15 G 		
INTEGRAL TARDE	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE HORTELÃ 190 ML • PÃO DE LEITE 50 G • QUEIJO 20 G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190 ML • PÃO DE ABÓBORA 50 G • MANTEIGA 10 G 	<ul style="list-style-type: none"> • IOGURTE DE COCO 180 ML • BISCOITO ROSQUINHA 50 G • MAÇÃ 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE COM AROMA DE COCO 190 ML • PÃO DE MILHO 50 G • REQUEIJÃO CREMOSO 15 G 		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 18,83 Lipídios (g): 21,51 Carboidrato (g): 100,15 Cálcio (mg): 436,10 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 154,35 Vitamina C (mg): 3,19 Energia (Kcal): 672,92					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 20,26 Lipídios (g): 21,52 Carboidrato (g): 113,40 Cálcio (mg): 475,51 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 186,23 Vitamina C (mg): 9,59 Energia (Kcal): 720,03					

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		<ul style="list-style-type: none"> SOPA DE ARROZ COM FRANGO, ABOBRINHA, BATATA E CENOURA 150 G BANANA 130 G 	<ul style="list-style-type: none"> SUCO POLPA DE UVA 200 ML PÃO DE BATATA 50 G CARNE MOÍDA PARA PÃO 60 G 	<ul style="list-style-type: none"> SUCO POLPA DE ABACAXI 200 ML SANDUÍCHE NATURAL 100 G 		RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 14,25 Lipídios (g): 4,46 Carboidrato (g): 50,54 Cálcio (mg): 73,04 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 90,20 Vitamina C (mg): 10,25 Energia (Kcal): 294,03					

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
REGULAR TARDE	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	<ul style="list-style-type: none"> • SAGU DE UVA 150 G • CREME DE LEITE 20 G • MAÇÃ 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • SOPA DE ARROZ COM FRANGO, BATATA E CENOURA 150 G • PONKAN 120 G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE GOIABA 200 ML • PÃO DE HAMBÚRGUER 50 G • CARNE MOÍDA REFOGADA 60 G • QUEIJO 20 G 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA 190 ML • PÃO INTEGRAL FATIADO 50 G • QUEIJO 20 G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 12,35 Lipídios (g): 5,79 Carboidrato (g): 44,76 Cálcio (mg): 147,83 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 44,45 Vitamina C (mg): 19,37 Energia (Kcal): 272,61					

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"> • PURÊ DE BATATA 80 G • MOLHO DE CARNE E CENOURA 50 G • BANANA 130 G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE TANGERINA 200 ML • PÃO DE BATATA 50 G • FRANGO PARA PÃO COM TOMATE 60 G 	<ul style="list-style-type: none"> • CANJICA 200 G • MAÇÃ 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • RISOTO DE CARNE E BRÓCOLIS 150 G • PONKAN 120 G 		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 18,35 Lipídios (g): 7,62 Carboidrato (g): 56,75 Cálcio (mg): 156,83 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 2290,77 Vitamina C (mg): 34,31 Energia (Kcal): 355,50					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 15,05 Lipídios (g): 6,09 Carboidrato (g): 50,70 Cálcio (mg): 130,70 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 873,77 Vitamina C (mg): 22,32 Energia (Kcal): 308,59					

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		<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE UVA 200 ML • PÃO DE BATATA 50 G • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60 G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE ABACAXI 200 ML • SANDUÍCHE NATURAL 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • SOPA DE ARROZ COM FRANGO, ABOBRINHA, BATATA E CENOURA 150 G • BANANA 130 G 		RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 14,25 Lipídios (g): 4,46 Carboidrato (g): 50,54 Cálcio (mg): 73,04 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 90,20 Vitamina C (mg): 10,25 Energia (Kcal): 294,03					

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
REGULAR TARDE	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	<ul style="list-style-type: none"> • SOPA DE ARROZ COM FRANGO, BATATA E CENOURA 150 G • PONKAN 120 G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE GOIABA 200 ML • PÃO DE HAMBÚRGUER 50 G • CARNE MOÍDA REFOGADA 60 G • QUEIJO 20 G 	<ul style="list-style-type: none"> • SAGU DE UVA 150 G • CREME DE LEITE 20 G • MAÇÃ 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA 190 ML • PÃO INTEGRAL FATIADO 50 G • QUEIJO 20 G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 12,35 Lipídios (g): 5,79 Carboidrato (g): 44,76 Cálcio (mg): 147,83 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 44,45 Vitamina C (mg): 19,37 Energia (Kcal): 272,61					

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"> • RISOTO DE CARNE E BRÓCOLIS 150 G • PONKAN 120 G 	<ul style="list-style-type: none"> • PURÊ DE BATATA 80 G • MOLHO DE CARNE E CENOURA 50 G • BANANA 130 G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE TANGERINA 200 ML • PÃO DE BATATA 50 G • FRANGO PARA PÃO COM TOMATE 60 G 	<ul style="list-style-type: none"> • SOPA DE FEIJÃO COM CARNE, BATATA E MACARRÃO 150 G • CAQUI 120 G 		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 19,54 Lipídios (g): 5,91 Carboidrato (g): 49,49 Cálcio (mg): 113,11 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 86,29 Vitamina C (mg): 43,80 Energia (Kcal): 316,11					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 15,48 Lipídios (g): 5,47 Carboidrato (g): 48,06 Cálcio (mg): 114,81 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 72,14 Vitamina C (mg): 25,77 Energia (Kcal): 294,27					