

Observações

OBSERVAÇÃO: ALIMENTOS E PREPARAÇÕES NÃO PODEM CONTER GLÚTÊN/TRAÇOS DE GLÚTEN. TODOS OS UTENSÍLIOS UTILIZADOS, INCLUINDO ESPONJA, DEVEM SER IDENTIFICADOS, ARMAZENADOS E HIGIENIZADOS SEPARADAMENTE.

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 ● BIFE GRELHADO 100 G ● CENOURA REFOGADA 30 G ● SALADA DE TOMATE COM PEPINO 60 G ● SAGU DE UVA 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> ● ARROZ 110 G ● FEIJÃO CARIOCA 90 G ● BOLINHO DE CARNE SEM GLÚTEN 90 G ● MACARRÃO SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA 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 PRETO 90 G ● ISCAS DE FRANGO AO SUGO 110 G ● PURÊ DE BATATA 40 G ● SALADA DE BETERRABA COZIDA 50 G ● LARANJA 100 G 		RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 41,07 Lipídios (g): 11,82 Carboidrato (g): 92,53 Cálcio (mg): 114,42 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 194,76 Vitamina C (mg): 58,31 Energia (Kcal): 640,11					

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 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 CARIOCA 90 G ● PEITO DE FRANGO GRELHADO 80 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 PRETO 90 G ● ISCAS DE CARNE REFOGADAS 80 G ● PURÊ DE BATATA 40 G ● SALADA DE PEPINO COM CHEIRO VERDE 40 G ● MELÃO 150 G 	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 42,33 Lipídios (g): 16,45 Carboidrato (g): 81,94 Cálcio (mg): 106,94 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 134,64 Vitamina C (mg): 56,15 Energia (Kcal): 641,95					

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 ● ALMÔNDEGAS DE FRANGO ASSADAS AO SUGO SEM GLÚTEN E SEM OVO 100 G ● FAROFA DE COUVE 30 G ● SALADA DE BETERRABA RALADA 25 G ● CREME DE MANGA 90 G 	<ul style="list-style-type: none"> ● ARROZ 110 G ● FEIJÃO PRETO 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 CARIOCA 90 G ● FRANGO ASSADO 110 G ● ABOBRINHA REFOGADA COM TOMATE 35 G ● SALADA DE COUVE-FLORES 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 SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA ALHO E ÓLEO 80 G ● SALADA DE CENOURA RALADA COM LIMÃO 25 G ● CAQUI 120 G 		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 39,90 Lipídios (g): 19,42 Carboidrato (g): 89,91 Cálcio (mg): 136,51 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 220,71 Vitamina C (mg): 62,80 Energia (Kcal): 689,71					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 40,98 Lipídios (g): 16,25 Carboidrato (g): 88,30 Cálcio (mg): 121,02 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 187,11 Vitamina C (mg): 59,46 Energia (Kcal): 660,50					

Observações						
OBSERVAÇÃO: ALIMENTOS E PREPARAÇÕES NÃO PODEM CONTER GLÚTEN/TRAÇOS DE GLÚTEN. TODOS OS UTENSÍLIOS UTILIZADOS, INCLUINDO ESPONJA, DEVEM SER IDENTIFICADOS, ARMAZENADOS E HIGIENIZADOS SEPARADAMENTE.						
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 DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50 G <ul style="list-style-type: none"> ● CAQUI 120 G ● SUPLEMENTO ALIMENTAR 27,5 G 	<ul style="list-style-type: none"> ● CHÁ DE CAMOMILA 190 ML ● PÃO FATIADO SEM GLÚTEN 50 G <ul style="list-style-type: none"> ● QUEIJO 20 G ● MAÇÃ 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE COM AROMA DE COCO 190 ML ● BOLO DE CENOURA SEM GLÚTEN 50 G <ul style="list-style-type: none"> ● SUPLEMENTO ALIMENTAR 27,5 G 		RECESSO ESCOLAR
INTEGRAL TARDE		<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190 ML ● FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50 G <ul style="list-style-type: none"> ● CAQUI 120 G ● SUPLEMENTO ALIMENTAR 27,5 G 	<ul style="list-style-type: none"> ● CHÁ DE CAMOMILA 190 ML ● PÃO FATIADO SEM GLÚTEN 50 G <ul style="list-style-type: none"> ● QUEIJO 20 G ● MAÇÃ 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE COM AROMA DE COCO 190 ML ● BOLO DE CENOURA SEM GLÚTEN 50 G <ul style="list-style-type: none"> ● SUPLEMENTO ALIMENTAR 27,5 G 		RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 22,89 Lipídios (g): 26,37 Carboidrato (g): 164,21 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 372,53 Vitamina C (mg): 57,70 Energia (Kcal): 972,77					

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 ● CHINEQUE DE UVA SEM GLÚTEN 60 G ● BANANA 130 G 	<ul style="list-style-type: none"> ● VITAMINA DE MORANGO 180 ML ● PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN 50 G ● MANTEIGA 10 G ● SUPLEMENTO ALIMENTAR 27,5 G 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190 ML ● PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN 50 G ● QUEIJO 20 G ● SUPLEMENTO ALIMENTAR 27,5 G 	<ul style="list-style-type: none"> ● CHÁ DE CAMOMILA 190 ML ● PÃO FATIADO SEM GLÚTEN 50 G ● QUEIJO 20 G
INTEGRAL TARDE	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	<ul style="list-style-type: none"> ● CHÁ DE HORTELÃ 190 ML ● CHINEQUE DE UVA SEM GLÚTEN 60 G ● BANANA 130 G 	<ul style="list-style-type: none"> ● VITAMINA DE MORANGO 180 ML ● PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN 50 G ● MANTEIGA 10 G ● SUPLEMENTO ALIMENTAR 27,5 G 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190 ML ● PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN 50 G ● QUEIJO 20 G ● SUPLEMENTO ALIMENTAR 27,5 G 	<ul style="list-style-type: none"> ● CHÁ DE CAMOMILA 190 ML ● PÃO FATIADO SEM GLÚTEN 50 G ● QUEIJO 20 G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 20,62 Lipídios (g): 27,20 Carboidrato (g): 134,68 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 320,39 Vitamina C (mg): 27,81 Energia (Kcal): 863,37					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 28/07	Terça-Feira, 29/07	Quarta-Feira, 30/07	Quinta-Feira, 31/07	Sexta-Feira, 01/08	Sábado, 02/08
INTEGRAL MANHÃ	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE COM AROMA DE COCO 190 ML • PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN 50 G • REQUEIJÃO CREMOSO 15 G • SUPLEMENTO ALIMENTAR 27,5 G 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA 190 ML • BOLO DE ABACAXI E CANELA SEM GLÚTEN 50 G • MAMÃO FATIADO 85 G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190 ML • PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN 50 G • MANTEIGA 10 G • SUPLEMENTO ALIMENTAR 27,5 G 	<ul style="list-style-type: none"> • IOGURTE DE MORANGO 180 G • BISCOITO DOCE SEM GLÚTEN 50 G • MAÇÃ 100 G 		
INTEGRAL TARDE	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE COM AROMA DE COCO 190 ML • PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN 50 G • REQUEIJÃO CREMOSO 15 G • SUPLEMENTO ALIMENTAR 27,5 G 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA 190 ML • BOLO DE ABACAXI E CANELA SEM GLÚTEN 50 G • MAMÃO FATIADO 85 G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190 ML • PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN 50 G • MANTEIGA 10 G • SUPLEMENTO ALIMENTAR 27,5 G 	<ul style="list-style-type: none"> • IOGURTE DE MORANGO 180 G • BISCOITO DOCE SEM GLÚTEN 50 G • MAÇÃ 100 G 		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 19,21 Lipídios (g): 27,63 Carboidrato (g): 133,80 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 327,35 Vitamina C (mg): 72,26 Energia (Kcal): 855,67					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 20,73 Lipídios (g): 27,13 Carboidrato (g): 142,41 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 337,14 Vitamina C (mg): 52,13 Energia (Kcal): 890,40					

Observações						
OBSERVAÇÃO: ALIMENTOS E PREPARAÇÕES NÃO PODEM CONTER GLUTÊN/TRAÇOS DE GLÚTEN. TODOS OS UTENSÍLIOS UTILIZADOS, INCLUINDO ESPONJA, DEVEM SER IDENTIFICADOS, ARMAZENADOS E HIGIENIZADOS SEPARADAMENTE.						
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 ● SANDUÍCHE NATURAL SEM GLÚTEN 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> ● SOPA DE ARROZ COM FRANGO, ABOBRINHA, BATATA E CENOURA 150 G ● BANANA 130 G ● SUPLEMENTO ALIMENTAR SEM SABOR 27,5 G 	<ul style="list-style-type: none"> ● SUCO POLPA DE UVA 200 ML ● PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN 50 G ● CARNE MOÍDA PARA PÃO 60 G 		RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 13,06 Lipídios (g): 5,84 Carboidrato (g): 55,12 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 126,53 Vitamina C (mg): 18,18 Energia (Kcal): 325,44					

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 SEM GLÚTEN 50 G • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 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"> • SOPA DE ARROZ COM FRANGO, BATATA E CENOURA 150 G • PONKAN 120 G • SUPLEMENTO ALIMENTAR SEM SABOR 27,5 G 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA 190 ML • PÃO FATIADO SEM GLÚTEN 50 G • QUEIJO 20 G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 12,68 Lipídios (g): 7,22 Carboidrato (g): 50,06 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 74,80 Vitamina C (mg): 25,37 Energia (Kcal): 313,89					

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 TARDE	<ul style="list-style-type: none"> ● SOPA DE FEIJÃO COM CARNE, BATATA E MACARRÃO SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA 150 G ● CAQUI 120 G ● SUPLEMENTO ALIMENTAR SEM SABOR 27,5 G 	<ul style="list-style-type: none"> ● CANJICA 200 G ● MAÇÃ 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> ● PURÊ DE BATATA 80 G ● MOLHO DE CARNE E CENOURA 50 G ● BANANA 130 G ● SUPLEMENTO ALIMENTAR SEM SABOR 27,5 G 	<ul style="list-style-type: none"> ● SUCO POLPA DE MARACUJÁ 200 ML ● PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN 50 G ● FRANGO PARA PÃO COM TOMATE 60 G 		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 19,12 Lipídios (g): 9,14 Carboidrato (g): 67,60 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 2334,81 Vitamina C (mg): 39,84 Energia (Kcal): 423,10					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 15,13 Lipídios (g): 7,54 Carboidrato (g): 57,82 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 910,73 Vitamina C (mg): 28,67 Energia (Kcal): 356,75					