

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 ACEBOLADO 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 • PONKAN 80 G	• ARROZ 110 G • FEIJÃO PRETO 90 G • ISCAS DE FRANGO AO SUGO 110 G • PURÊ DE BATATA SEM LEITE 40 G • SALADA DE BETERRABA COZIDA 50 G • LARANJA 100 G	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 38,64 Lipídios (g): 11,37 Carboidrato (g): 87,77 Cálcio (mg): 77,12 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 156,15 Vitamina C (mg): 55,77 Energia (Kcal): 608,61					

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 • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 80 G • BATATA PALHA 25 G • SALADA DE ALFACE 15 G • SALADA DE FRUTAS 100 G	• ARROZ 110 G • FEIJÃO CARIOCA 90 G • PEITO DE FRANGO GRELHADO 80 G • CHUCHU REFOGADO 50 G • SALADA DE BETERRABA COM LIMÃO 50 G • CAQUI 120 G	• ARROZ 110 G • FEIJÃO PRETO 90 G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 80 G • CREME DE MILHO SEM LEITE E SOJA 50 G • SALADA DE PEPINO COM CHEIRO VERDE 40 G • MELÃO 150 G	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 41,34 Lipídios (g): 15,91 Carboidrato (g): 80,93 Cálcio (mg): 74,22 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 118,19 Vitamina C (mg): 45,47 Energia (Kcal): 629,16					

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 • ALMÔNDEGAS DE FRANGO ASSADAS AO SUGO (RESTRIÇÃO) 100 G • FAROFA DE COUVE 30 G • SALADA DE BETERRABA RALADA 25 G • MANGA PICADA 100 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 100 G	• 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	• ARROZ INTEGRAL 100 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 • CAQUI 120 G		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 37,59 Lipídios (g): 17,67 Carboidrato (g): 88,82 Cálcio (mg): 90,43 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 298,63 Vitamina C (mg): 58,98 Energia (Kcal): 660,16					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 39,03 Lipídios (g): 15,25 Carboidrato (g): 86,14 Cálcio (mg): 81,57 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 201,75 Vitamina C (mg): 53,97 Energia (Kcal): 635,39					

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 DE ARROZ COM CHOCOLATE EM PÓ 190 ML • FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50 G • CAQUI 120 G	• CHÁ DE CAMOMILA 190 ML • PÃO FENIL 50 G • DOCE DE FRUTA 20 G • MAÇÃ 100 G	• LEITE DE ARROZ COM AROMA DE COCO 190 ML • BOLO DE LARANJA SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50 G	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
INTEGRAL TARDE		• LEITE DE ARROZ COM CHOCOLATE EM PÓ 190 ML • FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50 G • CAQUI 120 G	• CHÁ DE CAMOMILA 190 ML • PÃO FENIL 50 G • DOCE DE FRUTA 20 G • MAÇÃ 100 G	• LEITE DE ARROZ COM AROMA DE COCO 190 ML • BOLO DE LARANJA SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50 G	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 4,75 Lipídios (g): 11,62 Carboidrato (g): 143,01 Cálcio (mg): 528,15 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 4,67 Vitamina C (mg): 76,65 Energia (Kcal): 681,96					

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	• CHÁ DE HORTELÃ 190 ML • BOLO DE COCO SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50 G • BANANA 130 G	• VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE ARROZ 180 ML • PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 43 G • MARGARINA SEM LEITE 10 G	• LEITE DE ARROZ COM CHOCOLATE EM PÓ 190 ML • PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 43 G • DOCE DE FRUTA 20 G	• CHÁ DE CAMOMILA 190 ML • PÃO FENIL 50 G • DOCE DE FRUTA 20 G
INTEGRAL TARDE	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	• CHÁ DE HORTELÃ 190 ML • BOLO DE COCO SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50 G • BANANA 130 G	• VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE ARROZ 180 ML • PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 43 G • MARGARINA SEM LEITE 10 G	• LEITE DE ARROZ COM CHOCOLATE EM PÓ 190 ML • PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 43 G • DOCE DE FRUTA 20 G	• CHÁ DE CAMOMILA 190 ML • PÃO FENIL 50 G • DOCE DE FRUTA 20 G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 5,80 Lipídios (g): 19,70 Carboidrato (g): 118,11 Cálcio (mg): 328,15 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 11,54 Vitamina C (mg): 27,64 Energia (Kcal): 668,33					

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 DE ARROZ COM AROMA DE COCO 190 ML • PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 43 G • DOCE DE BANANA NATURAL 20 G	• CHÁ DE CAMOMILA 190 ML • BOLO DE MAÇÃ, AVEIA E CANELA SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50 G • MAMÃO FATIADO 85 G	• LEITE DE ARROZ COM CHOCOLATE EM PÓ 190 ML • PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 43 G • MARGARINA SEM LEITE 10 G	• VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE ARROZ 180 ML • BISCOITO DOCE DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50 G • MAÇÃ 100 G		
INTEGRAL TARDE	• LEITE DE ARROZ COM AROMA DE COCO 190 ML • PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 43 G • DOCE DE BANANA NATURAL 20 G	• CHÁ DE CAMOMILA 190 ML • BOLO DE MAÇÃ, AVEIA E CANELA SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50 G • MAMÃO FATIADO 85 G	• LEITE DE ARROZ COM CHOCOLATE EM PÓ 190 ML • PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 43 G • MARGARINA SEM LEITE 10 G	• VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE ARROZ 180 ML • BISCOITO DOCE DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50 G • MAÇÃ 100 G		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 7,15 Lipídios (g): 18,35 Carboidrato (g): 128,93 Cálcio (mg): 535,81 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 47,04 Vitamina C (mg): 52,40 Energia (Kcal): 705,32					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 6,01 Lipídios (g): 17,00 Carboidrato (g): 128,84 Cálcio (mg): 458,21 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 22,58 Vitamina C (mg): 50,01 Energia (Kcal): 685,50					

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 ABACAXI 200 ML • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60 G • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50 G	• SOPA DE ARROZ COM FRANGO, ABOBRINHA, BATATA E CENOURA (RESTRIÇÃO) 150 G • BANANA 130 G	• SUCO POLPA DE UVA 200 ML • PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 43 G • CARNE MOÍDA REFOGADA 60 G	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 16,18 Lipídios (g): 4,17 Carboidrato (g): 49,44 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 69,69 Vitamina C (mg): 8,38 Energia (Kcal): 299,79					

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 FRANCÊS SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 43 G • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60 G	• SAGU DE UVA 150 G • MAÇÃ 100 G	• SOPA DE ARROZ COM FRANGO, BATATA E CENOURA (RESTRIÇÃO) 150 G • PONKAN 120 G	• CHÁ DE CAMOMILA 190 ML • PÃO FENIL 50 G • DOCE DE FRUTA 20 G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 8,55 Lipídios (g): 4,47 Carboidrato (g): 42,25 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 20,88 Vitamina C (mg): 27,63 Energia (Kcal): 239,66					

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	• PURÊ DE BATATA SEM LEITE 80 G • MOLHO DE CARNE E CENOURA (RESTRIÇÃO) 50 G • BANANA 130 G	• SUCO POLPA DE MARACUJÁ 200 ML • PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 43 G • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60 G		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 13,16 Lipídios (g): 2,95 Carboidrato (g): 47,10 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 85,50 Vitamina C (mg): 28,22 Energia (Kcal): 262,28					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 12,31 Lipídios (g): 3,84 Carboidrato (g): 45,97 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 57,69 Vitamina C (mg): 22,59 Energia (Kcal): 264,28					