

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 • BIFE À MILANESA 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 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 PRETO 90 G • FRICASSÉ DE FRANGO 110 G • PURÊ DE BATATA 40 G • SALADA DE BETERRABA COZIDA 50 G • LARANJA 100 G 	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 40,93 Lipídios (g): 16,66 Carboidrato (g): 102,86 Cálcio (mg): 150,53 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 215,35 Vitamina C (mg): 57,80 Energia (Kcal): 725,91					

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 • STROGONOFF DE CARNE 110 G • BATATA PALHA 25 G • SALADA DE ALFACE 15 G • MANGA PICADA 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110 G • FEIJÃO CARIOCA 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 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 	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 40,45 Lipídios (g): 18,97 Carboidrato (g): 85,87 Cálcio (mg): 84,68 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 148,72 Vitamina C (mg): 32,20 Energia (Kcal): 672,78					

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 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 • MANGA PICADA 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-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 		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 39,91 Lipídios (g): 19,59 Carboidrato (g): 89,79 Cálcio (mg): 136,29 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 235,03 Vitamina C (mg): 50,19 Energia (Kcal): 691,37					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 40,38 Lipídios (g): 18,52 Carboidrato (g): 92,53 Cálcio (mg): 125,08 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 203,23 Vitamina C (mg): 47,08 Energia (Kcal): 696,16					

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 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 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE COM AROMA DE COCO 190 ML • BOLO DE CENOURA 50 G 	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
INTEGRAL TARDE		<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 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE COM AROMA DE COCO 190 ML • BOLO DE CENOURA 50 G 	RECESSO ESCOLAR	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"> • 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"> • LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190 ML • PÃO DE CENTEIO 50 G • QUEIJO 20 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"> • 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"> • LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190 ML • PÃO DE CENTEIO 50 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): 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"> • LEITE COM AROMA DE COCO 190 ML • PÃO DE MILHO 50 G • REQUEIJÃO CREMOSO 15 G 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA 190 ML • BOLO DE ABACAXI E CANELA 50 G • MANGA PICADA 100 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 MORANGO 180 G • BISCOITO ROSQUINHA 50 G • MAÇÃ 100 G 		
INTEGRAL TARDE	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE COM AROMA DE COCO 190 ML • PÃO DE MILHO 50 G • REQUEIJÃO CREMOSO 15 G 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA 190 ML • BOLO DE ABACAXI E CANELA 50 G • MANGA PICADA 100 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 MORANGO 180 G • BISCOITO ROSQUINHA 50 G • MAÇÃ 100 G 		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 18,96 Lipídios (g): 23,66 Carboidrato (g): 118,82 Cálcio (mg): 415,50 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 233,40 Vitamina C (mg): 12,44 Energia (Kcal): 760,82					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 20,31 Lipídios (g): 22,30 Carboidrato (g): 120,19 Cálcio (mg): 468,02 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 214,98 Vitamina C (mg): 12,95 Energia (Kcal): 752,00					

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	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	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 MORANGO 180 G 	<ul style="list-style-type: none"> • BOLO DE ABACAXI E CANELA 50 G • MANGA PICADA 100 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 MORANGO 180 G • MAÇÃ 100 G 	<ul style="list-style-type: none"> • BOLO DE ABACAXI E CANELA 50 G • CHÁ DE CAMOMILA 190 ML • MANGA PICADA 100 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): 17,59 Lipídios (g): 21,73 Carboidrato (g): 113,53 Cálcio (mg): 366,22 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 189,99 Vitamina C (mg): 12,44 Energia (Kcal): 716,13					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 19,81 Lipídios (g): 21,60 Carboidrato (g): 118,27 Cálcio (mg): 450,10 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 199,19 Vitamina C (mg): 12,95 Energia (Kcal): 735,75					

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 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 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE UVA 200 ML • PÃO DE BATATA 50 G • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60 G 	RECESSO ESCOLAR	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"> • SUCO POLPA DE GOIABA 200 ML • PÃO DE HAMBÚRGUER 50 G • HAMBÚRGUER DE FRANGO ASSADO 42 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 	<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): 11,23 Lipídios (g): 6,90 Carboidrato (g): 44,79 Cálcio (mg): 147,11 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 44,15 Vitamina C (mg): 19,32 Energia (Kcal): 278,43					

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 150 G • CAQUI 120 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 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE MARACUJÁ 200 ML • PÃO DE BATATA 50 G • FRANGO PARA PÃO COM TOMATE 60 G 		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 18,36 Lipídios (g): 7,33 Carboidrato (g): 58,50 Cálcio (mg): 155,15 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 2277,31 Vitamina C (mg): 27,84 Energia (Kcal): 365,51					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 14,65 Lipídios (g): 6,39 Carboidrato (g): 51,35 Cálcio (mg): 129,83 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 868,76 Vitamina C (mg): 19,94 Energia (Kcal): 314,35					