

Observações

OBSERVAÇÃO: ENVIAR TODOS OS ALIMENTOS SEPARADOS, INCLUSIVE OS RECHEIOS DOS PÃES. ALIMENTOS E PREPARAÇÕES DO CARDÁPIO GERAL PODEM SER OFERTADOS À CRIANÇA/ESTUDANTE SEMPRE QUE TIVER UMA PORÇÃO DISPONÍVEL.

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
DESJEJUM					• LEITE 190ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G • MAÇÃ (1 un / 137G)	
LANCHE					• LEITE 190ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G • MAÇÃ (1 un / 137G)	

Tabela Nutricional

Cálculo Semanal	Proteína (g): 14,38 Lipídios (g): 12,52 Carboidrato (g): 93,55 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 169,83 Vitamina C (mg): 6,60 Energia (Kcal): 525,45
-----------------	---

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 04/08	Terça-Feira, 05/08	Quarta-Feira, 06/08	Quinta-Feira, 07/08	Sexta-Feira, 08/08	Sábado, 09/08
DESJEJUM	• MAÇÃ (1 un / 137G) • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO - JANTAR 200G • PEITO DE FRANGO À MILANESA 60G	• SUCO DE MAÇÃ 200ML • BISCOITO CREAM CRAKER 30G • MAÇÃ (1 un / 137G)	• MAÇÃ (1 un / 137G) • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO - JANTAR 200G	• BISCOITO CREAM CRAKER 30G • SUCO DE LARANJA 200ML • MAÇÃ (1 un / 137G)	• MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO - JANTAR 200G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 60G • MAÇÃ (1 un / 137G)	
LANCHE	• MAÇÃ (1 un / 137G) • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO - JANTAR 200G • PEITO DE FRANGO À MILANESA 60G	• SUCO DE MAÇÃ 200ML • BISCOITO CREAM CRAKER 30G • MAÇÃ (1 un / 137G)	• MAÇÃ (1 un / 137G) • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO - JANTAR 200G	• SUCO DE LARANJA 200ML • BISCOITO CREAM CRAKER 30G • MAÇÃ (1 un / 137G)	• MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO - JANTAR 200G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 60G • MAÇÃ (1 un / 137G)	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 41,14 Lipídios (g): 16,62 Carboidrato (g): 162,12 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 16,34 Vitamina C (mg): 63,18 Energia (Kcal): 915,96					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 11/08	Terça-Feira, 12/08	Quarta-Feira, 13/08	Quinta-Feira, 14/08	Sexta-Feira, 15/08	Sábado, 16/08
DESJEJUM	• MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO - JANTAR 200G • MAÇÃ (1 un / 137G)	• SUCO DE LARANJA 200ML • MAÇÃ (1 un / 137G) • PÃO DE LEITE 37,5G • RECHEIO DE CARNE MOÍDA 35,5G	• SUCO DE UVA 200ML • BISCOITO CREAM CRAKER 30G • MAÇÃ (1 un / 137G)	• MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO - JANTAR 200G • MAÇÃ (1 un / 137G)	• IOGURTE DE MORANGO 180ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G • MAÇÃ (1 un / 137G)	
LANCHE	• MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO - JANTAR 200G • MAÇÃ (1 un / 137G)	• SUCO DE LARANJA 200ML • PÃO DE LEITE 37,5G • RECHEIO DE CARNE MOÍDA 35,5G • MAÇÃ (1 un / 137G)	• SUCO DE UVA 200ML • BISCOITO CREAM CRAKER 30G • MAÇÃ (1 un / 137G)	• MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO - JANTAR 200G • MAÇÃ (1 un / 137G)	• IOGURTE DE MORANGO 180ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G • MAÇÃ (1 un / 137G)	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 22,79 Lipídios (g): 7,52 Carboidrato (g): 150,40 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 20,56 Vitamina C (mg): 84,05 Energia (Kcal): 725,61					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 18/08	Terça-Feira, 19/08	Quarta-Feira, 20/08	Quinta-Feira, 21/08	Sexta-Feira, 22/08	Sábado, 23/08
DESJEJUM	• MAÇÃ (1 un / 137G) • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO - JANTAR 200G	• LEITE 190ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G • MAÇÃ (1 un / 137G)	• SUCO DE LARANJA 200ML • BISCOITO CREAM CRAKER 30G • MAÇÃ (1 un / 137G)	• MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO - JANTAR 200G • MAÇÃ (1 un / 137G) • PEITO DE FRANGO À MILANESA 60G	• SUCO DE UVA 200ML • BISCOITO CREAM CRAKER 30G • MAÇÃ (1 un / 137G)	
LANCHE	• MAÇÃ (1 un / 137G) • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO - JANTAR 200G	• LEITE 190ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G • MAÇÃ (1 un / 137G)	• SUCO DE LARANJA 200ML • BISCOITO CREAM CRAKER 30G • MAÇÃ (1 un / 137G)	• MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO - JANTAR 200G • MAÇÃ (1 un / 137G) • PEITO DE FRANGO À MILANESA 60G	• SUCO DE UVA 200ML • BISCOITO CREAM CRAKER 30G • MAÇÃ (1 un / 137G)	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 27,85 Lipídios (g): 14,30 Carboidrato (g): 150,32 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 44,92 Vitamina C (mg): 82,46 Energia (Kcal): 803,30					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 25/08	Terça-Feira, 26/08	Quarta-Feira, 27/08	Quinta-Feira, 28/08	Sexta-Feira, 29/08	Sábado, 30/08
DESJEJUM	• SUCO DE MAÇÃ 200ML • PÃO FRANCÊS 37,5G • QUEIJO 20G	• MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO - JANTAR 200G • MAÇÃ (1 un / 137G) • PEITO DE FRANGO À MILANESA 60G	• LEITE 190ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G • MAÇÃ (1 un / 137G)	• MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO - JANTAR 200G • MAÇÃ (1 un / 137G)	• SUCO DE LARANJA 200ML • BISCOITO CREAM CRAKER 30G • MAÇÃ (1 un / 137G)	
LANCHE	• SUCO DE MAÇÃ 200ML • PÃO FRANCÊS 37,5G • QUEIJO 20G	• MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO - JANTAR 200G • MAÇÃ (1 un / 137G) • PEITO DE FRANGO À MILANESA 60G	• LEITE 190ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G • MAÇÃ (1 un / 137G)	• MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO - JANTAR 200G • MAÇÃ (1 un / 137G)	• SUCO DE LARANJA 200ML • BISCOITO CREAM CRAKER 30G • MAÇÃ (1 un / 137G)	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 29,29 Lipídios (g): 15,10 Carboidrato (g): 136,14 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 54,13 Vitamina C (mg): 61,77 Energia (Kcal): 764,43					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 29,51 Lipídios (g): 13,34 Carboidrato (g): 147,07 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 40,46 Vitamina C (mg): 69,71 Energia (Kcal): 789,14					