

### Observações

NO ALMOÇO E LANCHE ENVIAR FEIJÃO, CARNE E ACOMPANHAMENTO LIQUIDIFICADOS. OBSERVAÇÃO: ENVIAR OS DEMAIS 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
ALMOÇO					<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> <li>• FEIJÃO PRETO 90G</li> <li>• ALMÔNDEGAS DE FRANGO ASSADAS AO SUGO 100G</li> <li>• POLENTA CREMOSA 90G</li> <li>• BETERRABA COZIDA 70G</li> </ul>	
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 37,14 Lipídios (g): 8,74 Carboidrato (g): 94,64 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 12,53 Vitamina C (mg): 60,96 Energia (Kcal): 599,66					

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
ALMOÇO	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 90G</li> <li>• FRICASSÉ DE FRANGO 110G</li> <li>• BATATA PALHA 25G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> <li>• SALADA DE ABOBRINHA 30G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• FEIJÃO CARIOLA 90G</li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> <li>• CARNE MOÍDA AO SUGO 100G</li> <li>• ABÓBORA REFOGADA 58G</li> <li>• SALADA DE CHUCHU 40G</li> <li>• SALADA DE ABOBRINHA 30G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 90G</li> <li>• PICADINHO DE CARNE 100G</li> <li>• POLENTA CREMOSA 90G</li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> <li>• SALADA DE CENOURA COZIDA 40G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• FEIJÃO CARIOLA 90G</li> <li>• SALADA DE BETERRABA COZIDA 50G</li> <li>• FRANGO AO MOLHO 110G</li> <li>• BETERRABA COZIDA 70G</li> <li>• SALADA DE CHUCHU 40G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 90G</li> <li>• ALMÔNDEGAS DE CARNE ASSADAS AO SUGO 100G</li> <li>• MACARRÃO PARAFUSO ALHO E ÓLEO 80G</li> <li>• SALADA DE CHUCHU 40G</li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> </ul>	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 38,81 Lipídios (g): 17,50 Carboidrato (g): 89,01 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 384,23 Vitamina C (mg): 47,40 Energia (Kcal): 664,35					

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
ALMOÇO	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• FEIJÃO CARIOLA 90G</li> <li>• STROGONOFF DE CARNE 110G</li> <li>• BATATA PALHA 25G</li> <li>• SALADA DE CENOURA COZIDA 40G</li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> <li>• FEIJÃO PRETO 90G</li> <li>• FRANGO AO MOLHO 110G</li> <li>• BRÓCOLIS REFOGADO 50G</li> <li>• SALADA DE BETERRABA COZIDA 50G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• FEIJÃO CARIOLA 90G</li> <li>• BARREADO 110G</li> <li>• POLENTA CREMOSA 90G</li> <li>• SALADA DE CENOURA COZIDA 40G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 90G</li> <li>• FRANGO AO MOLHO 110G</li> <li>• CENOURA REFOGADA 30G</li> <li>• SALADA DE CHUCHU 40G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> <li>• BATATA REFOGADA 50G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• FEIJÃO CARIOLA 90G</li> <li>• CARNE MOÍDA AO SUGO 100G</li> <li>• QUIRERA 100G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> <li>• SALADA DE COUVE-FLOR 30G</li> </ul>	
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 39,55 Lipídios (g): 20,60 Carboidrato (g): 87,40 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 399,18 Vitamina C (mg): 49,47 Energia (Kcal): 691,57					

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
ALMOÇO	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 90G</li> <li>• FRANGO AO MOLHO 110G</li> <li>• BATATA REFOGADA 50G</li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> <li>• SALADA DE BRÓCOLIS 30G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• FEIJÃO CARIOLA 90G</li> <li>• SALADA DE ABOBRINHA 30G</li> <li>• CARNE DE PANELA COM MANJERICÃO 100G</li> <li>• POLENTA CREMOSA 90G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> <li>• POLENTA CREMOSA 90G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 90G</li> <li>• ALMÔNDEGAS DE FRANGO ASSADAS AO SUGO 100G</li> <li>• SALADA DE CHUCHU 40G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> <li>• FEIJÃO CARIOLA 90G</li> <li>• FRANGO AO MOLHO 110G</li> <li>• POLENTA CREMOSA 90G</li> <li>• BETERRABA COZIDA 70G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ABOBRINHA REFOGADA 35G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 90G</li> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> <li>• SALADA DE CENOURA COZIDA 40G</li> <li>• STROGONOFF DE CARNE 110G</li> </ul>	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 38,69 Lipídios (g): 17,32 Carboidrato (g): 85,47 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 173,85 Vitamina C (mg): 60,91 Energia (Kcal): 651,09					

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
ALMOÇO	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• POLENTA CREMOSA 90G</li> <li>• FEIJÃO CARIOSA 90G</li> <li>• BARREADO 110G</li> <li>• SALADA DE CENOURA COZIDA 40G</li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 90G</li> <li>• CARNE MOÍDA AO SUGO 100G</li> <li>• BATATA REFOGADA 50G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> <li>• SALADA DE BETERRABA COZIDA 50G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• FEIJÃO CARIOSA 90G</li> <li>• PICADINHO DE CARNE 100G</li> <li>• MACARRÃO PARAFUSO ALHO E ÓLEO 80G</li> <li>• SALADA DE CHUCHU 40G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 90G</li> <li>• FRANGO AO MOLHO 110G</li> <li>• PURÊ DE AIPIM 65G</li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> <li>• SALADA DE ABOBRINHA 30G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• FEIJÃO CARIOSA 90G</li> <li>• FRANGO AO MOLHO 110G</li> <li>• CHUCHU REFOGADO 50G</li> <li>• BETERRABA COZIDA 70G</li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> </ul>	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 40,21 Lipídios (g): 20,01 Carboidrato (g): 100,26 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 137,50 Vitamina C (mg): 53,18 Energia (Kcal): 738,89					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 39,21 Lipídios (g): 18,37 Carboidrato (g): 90,73 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 261,25 Vitamina C (mg): 53,13 Energia (Kcal): 682,34					

### Observações

NO ALMOÇO E LANCHE ENVIAR FEIJÃO, CARNE E ACOMPANHAMENTO LIQUIDIFICADOS. OBSERVAÇÃO: ENVIAR OS DEMAIS 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
INTEGRAL MANHÃ					<ul style="list-style-type: none"> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> <li>• LEITE COM AROMA DE COCO 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS 50G</li> <li>• REQUEIJÃO CREMOSO 15G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS 50G</li> <li>• REQUEIJÃO CREMOSO 15G</li> </ul>
INTEGRAL TARDE					<ul style="list-style-type: none"> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> <li>• LEITE COM AROMA DE COCO 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS 50G</li> <li>• REQUEIJÃO CREMOSO 15G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS 50G</li> <li>• REQUEIJÃO CREMOSO 15G</li> </ul>
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 23,17 Lipídios (g): 22,32 Carboidrato (g): 115,20 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 224,23 Vitamina C (mg): 2,41 Energia (Kcal): 748,55					

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
INTEGRAL MANHÃ	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM AROMA DE COCO 190ML</li> <li>• PÃO DE LEITE FATIADO 50G</li> <li>• QUEIJO (1 un / 20G)</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• VITAMINA DE BANANA 180ML</li> <li>• BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> <li>• CHÁ DE CAMOMILA 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS 50G</li> <li>• REQUEIJÃO CREMOSO 15G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MANTEIGA 10G</li> <li>• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS 50G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> <li>• IOGURTE DE MORANGO 180G</li> <li>• FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 50G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS 50G</li> <li>• REQUEIJÃO CREMOSO 15G</li> </ul>
INTEGRAL TARDE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM AROMA DE COCO 190ML</li> <li>• PÃO DE LEITE FATIADO 50G</li> <li>• QUEIJO (1 un / 20G)</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• VITAMINA DE BANANA 180ML</li> <li>• BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> <li>• CHÁ DE CAMOMILA 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS 50G</li> <li>• REQUEIJÃO CREMOSO 15G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MANTEIGA 10G</li> <li>• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS 50G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> <li>• IOGURTE DE MORANGO 180G</li> <li>• FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 50G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS 50G</li> <li>• REQUEIJÃO CREMOSO 15G</li> </ul>
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 23,39 Lipídios (g): 21,75 Carboidrato (g): 154,50 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 204,81 Vitamina C (mg): 12,11 Energia (Kcal): 885,15					

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
INTEGRAL MANHÃ	<ul style="list-style-type: none"> <li>• REQUEIJÃO CREMOSO 15G</li> <li>• LEITE COM AROMA DE BAUNILHA 190ML</li> <li>• PÃO DE LEITE FATIADO 50G <ul style="list-style-type: none"> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML <ul style="list-style-type: none"> <li>• PÃO FRANCÊS 50G <ul style="list-style-type: none"> <li>• MANTEIGA 10G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul> </li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> <li>• LEITE COM AROMA DE COCO 190ML</li> <li>• BISCOITO DE LEITE 50G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> <li>• CHÁ DE CAPIM LIMÃO 190ML</li> <li>• PÃO DE LEITE (1 un / 50G) <ul style="list-style-type: none"> <li>• QUEIJO (1 un / 20G)</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> <li>• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO DE LEITE (1 un / 50G) <ul style="list-style-type: none"> <li>• REQUEIJÃO CREMOSO 15G</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML <ul style="list-style-type: none"> <li>• PÃO FRANCÊS 50G</li> <li>• REQUEIJÃO CREMOSO 15G</li> </ul> </li> </ul>
INTEGRAL TARDE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• PÃO DE LEITE FATIADO 50G</li> <li>• LEITE COM AROMA DE BAUNILHA 190ML</li> <li>• REQUEIJÃO CREMOSO 15G <ul style="list-style-type: none"> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML <ul style="list-style-type: none"> <li>• PÃO FRANCÊS 50G <ul style="list-style-type: none"> <li>• MANTEIGA 10G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul> </li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> <li>• LEITE COM AROMA DE COCO 190ML</li> <li>• BISCOITO DE LEITE 50G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> <li>• CHÁ DE CAPIM LIMÃO 190ML</li> <li>• PÃO DE LEITE (1 un / 50G) <ul style="list-style-type: none"> <li>• QUEIJO (1 un / 20G)</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> <li>• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO DE LEITE (1 un / 50G) <ul style="list-style-type: none"> <li>• REQUEIJÃO CREMOSO 15G</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML <ul style="list-style-type: none"> <li>• PÃO FRANCÊS 50G</li> <li>• REQUEIJÃO CREMOSO 15G</li> </ul> </li> </ul>
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 22,22 Lipídios (g): 23,67 Carboidrato (g): 131,07 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 211,11 Vitamina C (mg): 7,49 Energia (Kcal): 808,08					

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
INTEGRAL MANHÃ	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO DE LEITE (1 un / 50G) <ul style="list-style-type: none"> <li>• QUEIJO (1 un / 20G)</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> <li>• LEITE COM AROMA DE COCO 190ML</li> <li>• BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• PÃO DE LEITE (1 un / 50G)</li> <li>• CHÁ DE CAMOMILA 190ML</li> <li>• REQUEIJÃO CREMOSO 15G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO DE LEITE FATIADO 50G</li> <li>• MANTEIGA 10G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> <li>• VITAMINA DE MORANGO 180ML</li> <li>• BISCOITO DE MAISENA 50G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS 50G</li> <li>• REQUEIJÃO CREMOSO 15G</li> </ul>
INTEGRAL TARDE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO DE LEITE (1 un / 50G) <ul style="list-style-type: none"> <li>• QUEIJO (1 un / 20G)</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> <li>• LEITE COM AROMA DE COCO 190ML</li> <li>• BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• PÃO DE LEITE (1 un / 50G)</li> <li>• CHÁ DE CAMOMILA 190ML</li> <li>• REQUEIJÃO CREMOSO 15G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO DE LEITE FATIADO 50G</li> <li>• MANTEIGA 10G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> <li>• VITAMINA DE MORANGO 180ML</li> <li>• BISCOITO DE MAISENA 50G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS 50G</li> <li>• REQUEIJÃO CREMOSO 15G</li> </ul>
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 25,18 Lipídios (g): 26,53 Carboidrato (g): 146,71 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 240,53 Vitamina C (mg): 10,26 Energia (Kcal): 903,30					

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
INTEGRAL MANHÃ	<ul style="list-style-type: none"> <li>• REQUEIJÃO CREMOSO 15G</li> <li>• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO DE LEITE (1 un / 50G)</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> <li>• VITAMINA DE MORANGO 180ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS 50G</li> <li>• MANTEIGA 10G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• QUEIJO (1 un / 20G)</li> <li>• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO DE LEITE (1 un / 50G)</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM AROMA DE BAUNILHA 190ML</li> <li>• BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• CHÁ DE CAMOMILA 190ML</li> <li>• BISCOITO DE POLVILHO SALGADO 50G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS 50G</li> <li>• REQUEIJÃO CREMOSO 15G</li> </ul>
INTEGRAL TARDE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• REQUEIJÃO CREMOSO 15G</li> <li>• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO DE LEITE (1 un / 50G)</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> <li>• VITAMINA DE MORANGO 180ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS 50G</li> <li>• MANTEIGA 10G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• QUEIJO (1 un / 20G)</li> <li>• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO DE LEITE (1 un / 50G)</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM AROMA DE BAUNILHA 190ML</li> <li>• BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• CHÁ DE CAMOMILA 190ML</li> <li>• BISCOITO DE POLVILHO SALGADO 50G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS 50G</li> <li>• REQUEIJÃO CREMOSO 15G</li> </ul>
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 24,20 Lipídios (g): 29,65 Carboidrato (g): 131,00 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 6498,96 Vitamina C (mg): 6,69 Energia (Kcal): 870,26					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 23,70 Lipídios (g): 25,16 Carboidrato (g): 138,85 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 1668,50 Vitamina C (mg): 8,62 Energia (Kcal): 857,61					

### Observações

NO ALMOÇO E LANCHE ENVIAR FEIJÃO, CARNE E ACOMPANHAMENTO LIQUIDIFICADOS. OBSERVAÇÃO: ENVIAR OS DEMAIS 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
REGULAR TARDE					<ul style="list-style-type: none"> <li>• SOPA DE FEIJÃO COM CARNE, BATATA E MACARRÃO 150G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS 50G</li> <li>• REQUEIJÃO CREMOSO 15G</li> </ul>
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 12,97 Lipídios (g): 7,32 Carboidrato (g): 46,38 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 57,46 Vitamina C (mg): 3,65 Energia (Kcal): 300,70					

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
REGULAR TARDE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE UVA 200ML</li> <li>• BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE UVA 200ML</li> <li>• PÃO DE LEITE (1 un / 50G)           <ul style="list-style-type: none"> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> <li>• MOLHO DE FRANGO 50G</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• PURÊ DE BATATA 80G</li> <li>• MOLHO DE FRANGO 50G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SOPA DE BATATA COM CARNE, CENOURA E MACARRÃO 150G</li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE MARACUJÁ 200ML</li> <li>• PÃO DE LEITE (1 un / 50G)           <ul style="list-style-type: none"> <li>• FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G</li> </ul> </li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS 50G</li> <li>• REQUEIJÃO CREMOSO 15G</li> </ul>
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 17,99 Lipídios (g): 7,81 Carboidrato (g): 62,97 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 89,91 Vitamina C (mg): 24,40 Energia (Kcal): 385,76					

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
REGULAR TARDE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SOPA DE ARROZ COM CARNE, BATATA E COUVE 150G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> <li>• VITAMINA DE GOIABA 180ML</li> <li>• BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE GOIABA 200ML</li> <li>• FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G</li> <li>• PÃO FRANCÊS 50G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MACARRÃO PARAFUSO AO SUGO 100G</li> <li>• MOLHO DE CARNE 50G</li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 100G</li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> <li>• MOLHO DE FRANGO E CENOURA 50G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS 50G</li> <li>• REQUEIJÃO CREMOSO 15G</li> </ul>
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 16,19 Lipídios (g): 7,58 Carboidrato (g): 60,09 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 111,41 Vitamina C (mg): 25,70 Energia (Kcal): 367,42					

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
REGULAR TARDE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MACARRÃO PARAFUSO AO SUGO 100G</li> <li>• MOLHO DE CARNE 50G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE MAÇÃ 200ML           <ul style="list-style-type: none"> <li>• PÃO FRANCÊS 50G</li> <li>• FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G</li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• IOGURTE DE MORANGO 180G</li> <li>• FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 50G           <ul style="list-style-type: none"> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SOPA DE ARROZ COM FRANGO, BATATA E CENOURA 150G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• PÃO FRANCÊS 50G</li> <li>• SUCO POLPA DE LARANJA 200ML</li> <li>• CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS 50G</li> <li>• REQUEIJÃO CREMOSO 15G</li> </ul>
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 15,63 Lipídios (g): 5,50 Carboidrato (g): 63,11 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 55,90 Vitamina C (mg): 15,15 Energia (Kcal): 359,36					

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
REGULAR TARDE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE UVA 200ML</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> <li>• BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SOPA DE FUBÁ COM CARNE, BATATA, COUVE E ERVILHA 150G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> <li>• PURÊ DE BATATA 80G</li> <li>• MOLHO DE FRANGO 50G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 100G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> <li>• MOLHO DE CARNE E ABOBRINHA 50G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE UVA 200ML</li> <li>• PÃO DE LEITE (1 un / 50G)</li> <li>• CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS 50G</li> <li>• REQUEIJÃO CREMOSO 15G</li> </ul>
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 16,51 Lipídios (g): 7,70 Carboidrato (g): 64,21 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 130,64 Vitamina C (mg): 26,49 Energia (Kcal): 382,59					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 16,30 Lipídios (g): 7,16 Carboidrato (g): 61,35 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 93,93 Vitamina C (mg): 21,45 Energia (Kcal): 368,16					