

Observações

OBSERVAÇÃO: ENVIAR TODOS OS ALIMENTOS SEPARADOS, INCLUSIVE OS RECHEIOS DOS PÃES. ALIMENTOS E PREPARAÇÕES NÃO PODEM CONTER GLÚTEN/TRAÇOS DE GLÚTEN.

| 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 110G • FEIJÃO PRETO 90G • FRANGO ASSADO 110G • BATATA DOCE ASSADA 50G • SALADA DE TOMATE 60G • BANANA (1 un / 130G) | |

Tabela Nutricional

| | |
|-----------------|---|
| Cálculo Semanal | Proteína (g): 39,38 Lipídios (g): 28,79 Carboidrato (g): 109,23 Cálcio (mg): 70,31 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 2942,43 Vitamina C (mg): 29,43 Energia (Kcal): 847,44 |
|-----------------|---|

| 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"> • ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • CARNE MOÍDA REFOGADA 80G • MACARRÃO SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA ALHO E ÓLEO 80G • SALADA DE CHUCHU 40G • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOLA 90G • CARNE MOÍDA REFOGADA 80G • BETERRABA COZIDA 70G • SALADA DE PEPINO 40G • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 80G • FARINHA DE MANDIOCA TORRADA 35G • SALADA DE TOMATE 60G • MAÇÃ (1 un / 100G) | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOLA 90G • ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 80G • BATATA PALHA 25G • SALADA DE ALFACE 15G • LARANJA (1 un / 100G) | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • PEITO DE FRANGO GRELHADO (1 un / 80G) • ABÓBORA REFOGADA 58G • SALADA DE REPOLHO COM LIMÃO 40G • BANANA (1 un / 130G) • FEIJÃO PRETO 90G | |
| Tabela Nutricional | | | | | | |
| Cálculo Semanal | Proteína (g): 41,81 Lipídios (g): 15,37 Carboidrato (g): 95,27 Cálcio (mg): 69,12 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 267,74 Vitamina C (mg): 25,62 Energia (Kcal): 678,44 | | | | | |

| 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"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOLA 90G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 80G • BATATA PALHA 25G • SALADA DE CENOURA COZIDA 40G • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 80G • BRÓCOLIS REFOGADO 50G • SALADA DE TOMATE 60G • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOLA 90G • CARNE MOÍDA REFOGADA 80G • FARINHA DE MANDIOCA TORRADA 35G • SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 40G • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • FRANGO ASSADO 110G • CENOURA REFOGADA 30G • SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 40G • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOLA 90G • CARNE MOÍDA REFOGADA 80G • BATATA SAUTÉ 55G • SALADA DE PEPINO 40G • MAÇÃ (1 un / 100G) | |
| Tabela Nutricional | | | | | | |
| Cálculo Semanal | Proteína (g): 41,01 Lipídios (g): 18,06 Carboidrato (g): 95,27 Cálcio (mg): 81,33 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 285,50 Vitamina C (mg): 28,58 Energia (Kcal): 699,36 | | | | | |



Cardápio ALMOÇO D - Almoço - SELETIVIDADE
ALIMENTAR SEM GLÚTEN, LEITE E SOJA
Agosto / 2025

Lucrecia Bakovicz
Lucrecia Bakovicz
Gerência de Alimentação
Matrícula 192195
Nutricionista/CRN-8 9930

Jaqueleia Martins dos Santos Stammato
Jaqueline Martins dos Santos Stammato
Gerência de Alimentação
Matrícula 191822
Nutricionista/CRN-8 6266

MNL
Manoela Nobrega Lorenzi
Gerência de Alimentação
Matrícula 192196
Nutricionista/CRN-8 4750

CONTROLE
de refeições

| 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"> • ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • FRANGO ASSADO 110G • BATATA REFOGADA 50G • SALADA DE BRÓCOLIS COM LIMÃO 30G • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOLA 90G • CARNE MOÍDA REFOGADA 80G • FARINHA DE MANDIOCA TORRADA 35G • SALADA DE PEPINO 40G • LARANJA (1 un / 100G) | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 80G • BATATA REFOGADA 50G • SALADA DE BETERRABA COZIDA 50G • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • BIFE GRELHADO (1 un / 100G) • FEIJÃO CARIOLA 90G • ABOBRINHA REFOGADA 35G • SALADA DE CENOURA RALADA COM LIMÃO 25G • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • CARNE MOÍDA REFOGADA 80G • BATATA SAUTÉ 55G • SALADA DE TOMATE 60G • MAÇÃ (1 un / 100G) | |
| Tabela Nutricional | | | | | | |
| Cálculo Semanal | Proteína (g): 39,79 Lipídios (g): 16,37 Carboidrato (g): 94,29 Cálcio (mg): 74,83 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 116,52 Vitamina C (mg): 38,98 Energia (Kcal): 675,97 | | | | | |

| 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"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOLA 90G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 80G • MACARRÃO SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA ALHO E ÓLEO 80G • SALADA DE REPOLHO 40G • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 80G • BATATA REFOGADA 50G • SALADA DE ALFACE 15G • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • BANANA (1 un / 130G) • FEIJÃO CARIOLA 90G • CARNE MOÍDA REFOGADA 80G • SALADA DE TOMATE 60G • CENOURA REFOGADA 30G | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • PEITO DE FRANGO GRELHADO (1 un / 80G) • BATATA SAUTÉ 55G • SALADA DE CENOURA RALADA COM LIMÃO 25G • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOLA 90G • CARNE MOÍDA REFOGADA 80G • FARINHA DE MANDIOCA TORRADA 35G • SALADA DE CENOURA COZIDA 40G • BANANA (1 un / 130G) | |

Tabela Nutricional

| | |
|-----------------|--|
| Cálculo Semanal | Proteína (g): 42,32 Lipídios (g): 13,46 Carboidrato (g): 104,72 Cálcio (mg): 66,81 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 294,13 Vitamina C (mg): 24,20 Energia (Kcal): 700,84 |
| Cálculo Mensal | Proteína (g): 41,14 Lipídios (g): 16,43 Carboidrato (g): 97,95 Cálcio (mg): 72,89 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 369,61 Vitamina C (mg): 29,35 Energia (Kcal): 696,21 |



Observações

OBSERVAÇÃO: ENVIAR TODOS OS ALIMENTOS SEPARADOS, INCLUSIVE OS RECHEIOS DOS PÃES. ALIMENTOS E PREPARAÇÕES NÃO PODEM CONTER GLÚTEN/TRAÇOS DE GLÚTEN.

| 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"> • ARROZ 100G • BANANA (1 un / 130G) • CARNE MOÍDA REFOGADA 60G | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE ARROZ COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • DOCE DE BANANA NATURAL 20G • PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G |
| Tabela Nutricional | | | | | | |
| Cálculo Semanal | Proteína (g): 11,11 Lipídios (g): 3,60 Carboidrato (g): 70,03 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 12,64 Vitamina C (mg): 5,25 Energia (Kcal): 352,09 | | | | | |



| 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"> • MAÇÃ (1 un / 100G) • BATATA REFOGADA 100G • ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 50G | <ul style="list-style-type: none"> • BANANA (1 un / 130G) • MACARRÃO SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA 100G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50G | <ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE MARACUJÁ 200ML • PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE UVA 200ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G • SUCO POLPA DE MANGA 200ML • MAÇÃ (1 un / 100G) | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE ARROZ COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • DOCE DE BANANA NATURAL 20G • PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G |
| Tabela Nutricional | | | | | | |
| Cálculo Semanal | Proteína (g): 15,92 Lipídios (g): 5,73 Carboidrato (g): 67,97 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 26,36 Vitamina C (mg): 24,76 Energia (Kcal): 379,38 | | | | | |



| 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"> ● ARROZ 100G ● MAÇÃ (1 un / 100G) ● ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 50G | <ul style="list-style-type: none"> ● ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50G ● BANANA (1 un / 130G) ● BATATA REFOGADA 100G | <ul style="list-style-type: none"> ● SUCO POLPA DE GOIABA 200ML ● FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G ● PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G ● LARANJA (1 un / 100G) | <ul style="list-style-type: none"> ● MACARRÃO SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA 100G ● ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50G ● MAÇÃ (1 un / 100G) | <ul style="list-style-type: none"> ● BOLO DE CHOCOLATE SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G ● VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE ARROZ 180ML ● BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE ARROZ COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML ● DOCE DE BANANA NATURAL 20G ● PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G |
| Tabela Nutricional | | | | | | |
| Cálculo Semanal | Proteína (g): 16,40 Lipídios (g): 5,84 Carboidrato (g): 62,53 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 11,04 Vitamina C (mg): 27,29 Energia (Kcal): 362,33 | | | | | |



| 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"> • MACARRÃO SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA 100G <ul style="list-style-type: none"> • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50G • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ (1 un / 100G) • ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 50G • ARROZ 100G | <ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ (1 un / 100G) • VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE ARROZ 180ML • BISCOITO DOCE DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G | <ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE MAÇÃ 200ML • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G • PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE LARANJA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G • DOCE DE BANANA NATURAL 20G • PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE ARROZ COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • DOCE DE BANANA NATURAL 20G • PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G |
| Tabela Nutricional | | | | | | |
| Cálculo Semanal | Proteína (g): 15,65 Lipídios (g): 4,91 Carboidrato (g): 66,36 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 11,28 Vitamina C (mg): 4,89 Energia (Kcal): 369,10 | | | | | |



| 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"> • MAÇÃ (1 un / 100G) • BATATA REFOGADA 100G • ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 50G | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 100G • BANANA (1 un / 130G) • CARNE MOÍDA REFOGADA 60G | <ul style="list-style-type: none"> • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50G • MAÇÃ (1 un / 100G) • MACARRÃO SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA 100G | <ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE UVA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G • LARANJA (1 un / 100G) | <ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE UVA 200ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • MAÇÃ (1 un / 100G) | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE ARROZ COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • DOCE DE BANANA NATURAL 20G • PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G |
| Tabela Nutricional | | | | | | |
| Cálculo Semanal | Proteína (g): 14,13 Lipídios (g): 5,53 Carboidrato (g): 60,53 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 8,52 Vitamina C (mg): 26,43 Energia (Kcal): 343,11 | | | | | |
| Cálculo Mensal | Proteína (g): 15,19 Lipídios (g): 5,36 Carboidrato (g): 64,79 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 14,17 Vitamina C (mg): 19,64 Energia (Kcal): 362,60 | | | | | |