

### Observações

OBSERVAÇÃO: ENVIAR TODOS OS ALIMENTOS SEPARADOS, INCLUSIVE OS RECHEIOS DOS PÃES. FRUTAS 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>• <b>FRANGO ASSADO 110G</b></li> <li>• <b>FEIJÃO PRETO 90G</b></li> <li>• BATATA DOCE ASSADA 50G</li> <li>• <b>SALADA DE TOMATE 60G</b></li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	

### Tabela Nutricional

Cálculo Semanal	Proteína (g): 39,38 Lipídios (g): 28,79 Carboidrato (g): 109,23 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"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• <b>FEIJÃO PRETO 90G</b></li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> <li>• BOLINHO DE CARNE ASSADO 90G</li> <li>• MACARRÃO PARAFUSO ALHO E ÓLEO 80G</li> <li>• SALADA DE ALFACE 15G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SALADA DE PEPINO 40G</li> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• <b>CARNE MOÍDA REFOGADA 80G</b></li> <li>• ABÓBORA REFOGADA 58G</li> <li>• <b>FEIJÃO CARIOLA 90G</b></li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• SALADA DE TOMATE 60G</li> <li>• <b>FEIJÃO PRETO 90G</b></li> <li>• FARINHA DE MANDIOCA TORRADA 35G</li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> <li>• <b>ISCAS DE CARNE REFOGADAS 80G</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>ARROZ 110G</b></li> <li>• <b>LARANJA (1 un / 100G)</b></li> <li>• <b>FEIJÃO CARIOLA 90G</b></li> <li>• <b>ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 80G</b></li> <li>• BATATA PALHA 25G</li> <li>• SALADA DE ALFACE 15G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• <b>FEIJÃO PRETO 90G</b></li> <li>• PEITO DE FRANGO À MILANESA (1 un / 100G)</li> <li>• BETERRABA COZIDA 70G</li> <li>• SALADA DE REPOLHO COM LIMÃO 40G</li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> </ul>	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 40,49 Lipídios (g): 16,70 Carboidrato (g): 89,49 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 270,60 Vitamina C (mg): 53,37 Energia (Kcal): 666,78					

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>• LARANJA (1 un / 100G)</li> <li>• <b>FEIJÃO CARIOLA 90G</b></li> <li>• <b>ISCAS DE CARNE REFOGADAS 80G</b></li> <li>• BATATA PALHA 25G</li> <li>• SALADA DE CENOURA COZIDA 40G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• <b>LARANJA (1 un / 100G)</b></li> <li>• <b>FEIJÃO PRETO 90G</b></li> <li>• FRANGO ASSADO 110G</li> <li>• BRÓCOLIS REFOGADO 50G</li> <li>• SALADA DE TOMATE 60G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• <b>FEIJÃO CARIOLA 90G</b></li> <li>• <b>CARNE MOÍDA REFOGADA 80G</b></li> <li>• FARINHA DE MANDIOCA TORRADA 35G</li> <li>• <b>SALADA DE TOMATE 60G</b></li> <li>• <b>BANANA (1 un / 130G)</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• CENOURA REFOGADA 30G</li> <li>• <b>FEIJÃO PRETO 90G</b></li> <li>• PEITO DE FRANGO GRELHADO (1 un / 80G)</li> <li>• SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 40G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• <b>FEIJÃO CARIOLA 90G</b></li> <li>• <b>CARNE MOÍDA REFOGADA 80G</b></li> <li>• SALADA DE PEPINO COM LIMÃO 40G</li> <li>• <b>MAÇÃ (1 un / 100G)</b></li> <li>• <b>BATATA SAUTÉ 55G</b></li> </ul>	
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 40,40 Lipídios (g): 18,82 Carboidrato (g): 83,32 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 276,18 Vitamina C (mg): 46,19 Energia (Kcal): 660,95					

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 ASSADO 110G</li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> <li>• BATATA REFOGADA 50G</li> <li>• SALADA DE BRÓCOLIS COM LIMÃO 30G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• FEIJÃO CARIOLA 90G</li> <li>• CARNE MOÍDA REFOGADA 80G</li> <li>• FARINHA DE MANDIOCA TORRADA 35G</li> <li>• SALADA DE PEPINO 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 ASSADO 110G</li> <li>• BATATA REFOGADA 50G</li> <li>• SALADA DE BETERRABA RALADA 25G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• ABOBRINHA REFOGADA 35G</li> <li>• FEIJÃO CARIOLA 90G</li> <li>• BIFE À MILANESA (1 un / 100G)</li> <li>• SALADA DE CENOURA RALADA COM LIMÃO 25G</li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 90G</li> <li>• BATATA SAUTÉ 55G</li> <li>• SALADA DE ALFACE 15G</li> <li>• BOLINHO DE CARNE ASSADO 90G</li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> </ul>	
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 39,28 Lipídios (g): 21,97 Carboidrato (g): 83,28 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 118,05 Vitamina C (mg): 75,65 Energia (Kcal): 688,29					

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>• <b>FEIJÃO CARIOWA 90G</b></li> <li>• <b>ISCAS DE CARNE REFOGADAS 80G</b></li> <li>• MACARRÃO PARAFUSO ALHO E ÓLEO 80G</li> <li>• <b>SALADA DE REPOLHO 40G</b></li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• <b>LARANJA (1 un / 100G)</b></li> <li>• <b>FEIJÃO PRETO 90G</b></li> <li>• <b>ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 80G</b></li> <li>• <b>AIPIM SAUTÉ 85G</b></li> <li>• SALADA DE ALFACE 15G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• <b>FEIJÃO CARIOWA 90G</b></li> <li>• <b>CARNE MOÍDA REFOGADA 80G</b></li> <li>• <b>BATATA REFOGADA 50G</b></li> <li>• <b>BANANA (1 un / 130G)</b></li> <li>• SALADA DE TOMATE 60G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• <b>FEIJÃO PRETO 90G</b></li> <li>• PEITO DE FRANGO À MILANESA (1 un / 100G)</li> <li>• CHUCHU REFOGADO 50G</li> <li>• SALADA DE BETERRABA RALADA 25G</li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• <b>FEIJÃO CARIOWA 90G</b></li> <li>• <b>CARNE MOÍDA REFOGADA 80G</b></li> <li>• FARINHA DE MANDIOCA TORRADA 35G</li> <li>• SALADA DE CENOURA COZIDA 40G</li> <li>• <b>LARANJA (1 un / 100G)</b></li> </ul>	
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 41,76 Lipídios (g): 16,40 Carboidrato (g): 103,14 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 137,38 Vitamina C (mg): 51,50 Energia (Kcal): 722,99					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 40,43 Lipídios (g): 18,96 Carboidrato (g): 90,73 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 331,12 Vitamina C (mg): 55,38 Energia (Kcal): 692,50					

### Observações

OBSERVAÇÃO: ENVIAR TODOS OS ALIMENTOS SEPARADOS, INCLUSIVE OS RECHEIOS DOS PÃES. FRUTAS 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>• BOLINHO DE CARNE ASSADO 90G</li> <li>• FARINHA DE MANDIOCA TORRADA 35G</li> <li>• SALADA DE BETERRABA RALADA 25G</li> </ul>	

### Tabela Nutricional

Cálculo Semanal	Proteína (g): 34,49 Lipídios (g): 21,99 Carboidrato (g): 104,68 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 5,13 Vitamina C (mg): 55,93 Energia (Kcal): 749,70
-----------------	---

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
ALMOÇO	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 90G</li> <li>• ISCAS DE FRANGO</li> <li><b>REFOGADAS 80G</b></li> <li>• BATATA PALHA 25G</li> <li>• SALADA DE ALFACE 15G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• <b>FEIJÃO CARIOCA 90G</b></li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> <li>• CARNE MOÍDA</li> <li><b>REFOGADA 80G</b></li> <li>• ABÓBORA REFOGADA 58G</li> <li>• SALADA DE REPOLHO COM LIMÃO 40G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• <b>FEIJÃO PRETO 90G</b></li> <li>• ISCAS DE CARNE</li> <li>REFOGADAS 80G</li> <li>• FARINHA DE</li> <li><b>MANDIOCA TORRADA 35G</b></li> <li>• SALADA DE TOMATE 60G</li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• <b>FEIJÃO CARIOCA 90G</b></li> <li>• PEITO DE FRANGO À MILANESA (1 un / 100G)</li> <li>• BETERRABA COZIDA 70G</li> <li>• SALADA DE PEPINO 40G</li> <li>• <b>BANANA (1 un / 130G)</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• <b>FEIJÃO PRETO 90G</b></li> <li>• <b>BOLINHO DE CARNE ASSADO 90G</b></li> <li>• MACARRÃO PARAFUSO ALHO E ÓLEO 80G</li> <li>• <b>SALADA DE ALFACE 15G</b></li> <li>• <b>LARANJA (1 un / 100G)</b></li> </ul>	
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 40,34 Lipídios (g): 16,68 Carboidrato (g): 90,73 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 271,00 Vitamina C (mg): 43,11 Energia (Kcal): 670,53					

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>• <b>FEIJÃO CARIOLA 90G</b></li> <li>• <b>ISCAS DE CARNE REFOGADAS 80G</b></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>• <b>LARANJA (1 un / 100G)</b></li> <li>• <b>FEIJÃO PRETO 90G</b></li> <li>• FRANGO ASSADO 110G</li> <li>• BRÓCOLIS REFOGADO 50G</li> <li>• SALADA DE TOMATE 60G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• <b>SALADA DE TOMATE 60G</b></li> <li>• <b>FEIJÃO CARIOLA 90G</b></li> <li>• <b>CARNE MOÍDA REFOGADA 80G</b></li> <li>• FARINHA DE MANDIOCA TORRADA 35G</li> <li>• <b>BANANA (1 un / 130G)</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• <b>FEIJÃO PRETO 90G</b></li> <li>• PEITO DE FRANGO GRELHADO (1 un / 80G)</li> <li>• CENOURA REFOGADA 30G</li> <li>• SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 40G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• <b>FEIJÃO CARIOLA 90G</b></li> <li>• <b>CARNE MOÍDA REFOGADA 80G</b></li> <li>• <b>BATATA SAUTÉ 55G</b></li> <li>• <b>MAÇÃ (1 un / 100G)</b></li> <li>• SALADA DE COUVE-FLOR COM LIMÃO 30G</li> </ul>	
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 40,57 Lipídios (g): 18,85 Carboidrato (g): 83,74 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 275,96 Vitamina C (mg): 50,96 Energia (Kcal): 663,11					

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 ASSADO 110G</li> <li>• BATATA REFOGADA 50G</li> <li>• SALADA DE BRÓCOLIS COM LIMÃO 30G</li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• FEIJÃO CARIOLA 90G</li> <li>• CARNE MOÍDA REFOGADA 80G</li> <li>• FARINHA DE MANDIOCA TORRADA 35G</li> <li>• SALADA DE PEPINO 40G</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>• BATATA SAUTÉ 55G</li> <li>• SALADA DE ALFACE 15G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 90G</li> <li>• BOLINHO DE CARNE ASSADO 90G</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 ASSADO 110G</li> <li>• BATATA REFOGADA 50G</li> <li>• SALADA DE BETERRABA RALADA 25G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ABOBRINA REFOGADA 35G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 90G</li> <li>• BIFE À MILANESA (1 un / 100G)</li> <li>• SALADA DE CENOURA RALADA COM LIMÃO 25G</li> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> </ul>	
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 39,44 Lipídios (g): 21,98 Carboidrato (g): 87,69 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 121,29 Vitamina C (mg): 66,42 Energia (Kcal): 704,73					

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>• FARINHA DE MANDIOCA TORRADA 35G</li> <li>• <b>FEIJÃO CARIOSA 90G</b></li> <li>• <b>CARNE MOÍDA REFOGADA 80G</b></li> <li>• SALADA DE CENOURA COZIDA 40G</li> <li>• <b>LARANJA (1 un / 100G)</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• <b>FEIJÃO PRETO 90G</b></li> <li>• <b>CARNE MOÍDA REFOGADA 80G</b></li> <li>• <b>BATATA REFOGADA 50G</b></li> <li>• SALADA DE TOMATE 60G</li> <li>• <b>BANANA (1 un / 130G)</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• <b>FEIJÃO CARIOSA 90G</b></li> <li>• <b>ISCAS DE CARNE REFOGADAS 80G</b></li> <li>• MACARRÃO PARAFUSO ALHO E ÓLEO 80G</li> <li>• <b>SALADA DE REPOLHO 40G</b></li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• <b>FEIJÃO PRETO 90G</b></li> <li>• <b>ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 80G</b></li> <li>• <b>AIPIM SAUTÉ 85G</b></li> <li>• SALADA DE ALFACE 15G</li> <li>• <b>LARANJA (1 un / 100G)</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• <b>FEIJÃO CARIOSA 90G</b></li> <li>• PEITO DE FRANGO À MILANESA (1 un / 100G)</li> <li>• CHUCHU REFOGADO 50G</li> <li>• SALADA DE BETERRABA RALADA 25G</li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> </ul>	
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 41,76 Lipídios (g): 16,40 Carboidrato (g): 103,14 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 137,38 Vitamina C (mg): 51,50 Energia (Kcal): 722,99					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 40,24 Lipídios (g): 18,64 Carboidrato (g): 91,96 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 192,06 Vitamina C (mg): 53,14 Energia (Kcal): 693,17					

### Observações

OBSERVAÇÃO: ENVIAR TODOS OS ALIMENTOS SEPARADOS, INCLUSIVE OS RECHEIOS DOS PÃES. FRUTAS 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>• <b>LARANJA (1 un / 100G)</b></li> <li>• <b>FEIJÃO PRETO 90G</b></li> <li>• <b>ISCAS DE CARNE REFOGADAS 80G</b></li> <li>• SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 40G</li> <li>• BATATA SALSA REFOGADA 55G</li> </ul>	

### Tabela Nutricional

Cálculo Semanal	Proteína (g): 41,20 Lipídios (g): 9,67 Carboidrato (g): 83,44 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 29,10 Vitamina C (mg): 75,63 Energia (Kcal): 589,04
-----------------	--

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>● <b>FEIJÃO PRETO 90G</b></li> <li>● <b>CARNE MOÍDA REFOGADA 80G</b></li> <li>● ABÓBORA REFOGADA 58G</li> <li>● SALADA DE REPOLHO COM LIMÃO 40G</li> <li>● <b>LARANJA (1 un / 100G)</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>● SALADA DE ALFACE 15G</li> <li>● <b>FEIJÃO CARIOSA 90G</b></li> <li>● <b>ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 80G</b></li> <li>● BATATA PALHA 25G</li> <li>● <b>LARANJA (1 un / 100G)</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>● <b>FEIJÃO PRETO 90G</b></li> <li>● PEITO DE FRANGO À MILANEZA (1 un / 100G)</li> <li>● BETERRABA COZIDA 70G</li> <li>● SALADA DE PEPINO 40G</li> <li>● <b>BANANA (1 un / 130G)</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>FEIJÃO CARIOSA 90G</b></li> <li>● LARANJA (1 un / 100G)</li> <li>● <b>ARROZ 110G</b></li> <li>● <b>ISCAS DE CARNE REFOGADAS 80G</b></li> <li>● <b>FARINHA DE MANDIOCA TORRADA 35G</b></li> <li>● SALADA DE TOMATE 60G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>● <b>FEIJÃO PRETO 90G</b></li> <li>● <b>BOLINHO DE CARNE ASSADO 90G</b></li> <li>● MACARRÃO PARAFUSO ALHO E ÓLEO 80G</li> <li>● <b>SALADA DE ALFACE 15G</b></li> <li>● <b>LARANJA (1 un / 100G)</b></li> </ul>	
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 40,49 Lipídios (g): 16,70 Carboidrato (g): 89,49 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 270,60 Vitamina C (mg): 53,37 Energia (Kcal): 666,78					

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>• <b>ISCAS DE CARNE REFOGADAS 80G</b></li> <li>• BATATA PALHA 25G</li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> <li>• <b>FEIJÃO CARIOLA 90G</b></li> <li>• SALADA DE CENOURA COZIDA 40G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• SALADA DE TOMATE 60G</li> <li>• <b>LARANJA (1 un / 100G)</b></li> <li>• <b>FEIJÃO PRETO 90G</b></li> <li>• FRANGO ASSADO 110G</li> <li>• BRÓCOLIS REFOGADO 50G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• <b>FEIJÃO CARIOLA 90G</b></li> <li>• <b>CARNE MOÍDA REFOGADA 80G</b></li> <li>• FARINHA DE MANDIOCA TORRADA 35G</li> <li>• <b>SALADA DE TOMATE 60G</b></li> <li>• <b>BANANA (1 un / 130G)</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• <b>FEIJÃO PRETO 90G</b></li> <li>• PEITO DE FRANGO GRELHADO (1 un / 80G)</li> <li>• CENOURA REFOGADA 30G</li> <li>• SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 40G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• <b>FEIJÃO CARIOLA 90G</b></li> <li>• <b>BATATA SAUTÉ 55G</b></li> <li>• <b>CARNE MOÍDA REFOGADA 80G</b></li> <li>• SALADA DE PEPINO COM LIMÃO 40G</li> <li>• <b>MAÇÃ (1 un / 100G)</b></li> </ul>	
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 40,40 Lipídios (g): 18,82 Carboidrato (g): 83,32 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 276,18 Vitamina C (mg): 46,19 Energia (Kcal): 660,95					

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>• <b>FEIJÃO PRETO 90G</b></li> <li>• <b>LARANJA (1 un / 100G)</b></li> <li>• CARNE MOÍDA</li> <li>REFOGADA 80G</li> <li>• FARINHA DE</li> <li>MANDIOCA TORRADA</li> <li>35G</li> <li>• SALADA DE PEPINO 40G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• <b>FEIJÃO CARIOSA 90G</b></li> <li>• <b>LARANJA (1 un / 100G)</b></li> <li>• FRANGO ASSADO 110G</li> <li>• <b>BATATA REFOGADA 50G</b></li> <li>• SALADA DE BETERRABA</li> <li>RALADA 25G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• <b>LARANJA (1 un / 100G)</b></li> <li>• <b>FEIJÃO PRETO 90G</b></li> <li>• BIFE À MILANESA (1 un / 100G)</li> <li>• <b>ABOBRENA REFOGADA 35G</b></li> <li>• SALADA DE CENOURA</li> <li>RALADA COM LIMÃO 25G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• <b>LARANJA (1 un / 100G)</b></li> <li>• <b>FEIJÃO CARIOSA 90G</b></li> <li>• <b>BOLINHO DE CARNE ASSADO 90G</b></li> <li>• <b>BATATA SAUTÉ 55G</b></li> <li>• <b>SALADA DE TOMATE 60G</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• <b>FEIJÃO PRETO 90G</b></li> <li>• <b>FRANGO ASSADO 110G</b></li> <li>• <b>BATATA REFOGADA 50G</b></li> <li>• SALADA DE BRÓCOLIS</li> <li>COM LIMÃO 30G</li> </ul>	
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 39,33 Lipídios (g): 21,96 Carboidrato (g): 83,87 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 108,12 Vitamina C (mg): 76,65 Energia (Kcal): 690,51					

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>• PEITO DE FRANGO À MILANESA (1 un / 100G)</li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> <li>• <b>FEIJÃO CARIOSA 90G</b></li> <li>• CHUCHU REFOGADO 50G</li> <li>• SALADA DE BETERRABA RALADA 25G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• FARINHA DE MANDIOCA TORRADA 35G</li> <li>• <b>FEIJÃO PRETO 90G</b></li> <li>• <b>CARNE MOÍDA REFOGADA 80G</b></li> <li>• SALADA DE CENOURA COZIDA 40G</li> <li>• <b>LARANJA (1 un / 100G)</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• <b>AIPIM SAUTÉ 85G</b></li> <li>• <b>FEIJÃO CARIOSA 90G</b></li> <li>• <b>ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 80G</b></li> <li>• SALADA DE ALFACE 15G</li> <li>• <b>LARANJA (1 un / 100G)</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• <b>FEIJÃO PRETO 90G</b></li> <li>• <b>ISCAS DE CARNE REFOGADAS 80G</b></li> <li>• MACARRÃO PARAFUSO ALHO E ÓLEO 80G</li> <li>• <b>SALADA DE REPOLHO 40G</b></li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• <b>FEIJÃO CARIOSA 90G</b></li> <li>• <b>CARNE MOÍDA REFOGADA 80G</b></li> <li>• <b>BATATA REFOGADA 50G</b></li> <li>• SALADA DE TOMATE 60G</li> <li>• <b>BANANA (1 un / 130G)</b></li> </ul>	
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 41,76 Lipídios (g): 16,40 Carboidrato (g): 103,14 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 137,38 Vitamina C (mg): 51,50 Energia (Kcal): 722,99					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 40,53 Lipídios (g): 18,05 Carboidrato (g): 89,64 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 190,02 Vitamina C (mg): 57,82 Energia (Kcal): 680,72					

### Observações

OBSERVAÇÃO: ENVIAR TODOS OS ALIMENTOS SEPARADOS, INCLUSIVE OS RECHEIOS DOS PÃES. FRUTAS 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>• CHÁ DE HORTELÃ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> </ul>
INTEGRAL TARDE					<ul style="list-style-type: none"> <li>• CHÁ DE HORTELÃ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> </ul>
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 13,76 Lipídios (g): 7,59 Carboidrato (g): 119,12 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 18,33 Vitamina C (mg): 8,20 Energia (Kcal): 594,14					

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>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• MARGARINA SEM LEITE 10G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> <li>• LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO 190ML</li> <li>• PÃO FATIADO SEM LEITE 50G</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• VITAMINA DE BANANA COM LEITE DE SOJA 180ML</li> <li>• BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 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 SEM LEITE 50G</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> <li>• IOGURTE DE SOJA SABOR MORANGO 180ML</li> <li>• FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> </ul>
INTEGRAL TARDE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• MARGARINA SEM LEITE 10G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> <li>• LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO 190ML</li> <li>• PÃO FATIADO SEM LEITE 50G</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• VITAMINA DE BANANA COM LEITE DE SOJA 180ML</li> <li>• BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 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 SEM LEITE 50G</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> <li>• IOGURTE DE SOJA SABOR MORANGO 180ML</li> <li>• FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> </ul>
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 19,87 Lipídios (g): 14,63 Carboidrato (g): 144,79 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 20,09 Vitamina C (mg): 9,93 Energia (Kcal): 773,97					

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>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• MARGARINA SEM LEITE 10G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO 190ML</li> <li>• BISCOITO DOCE SEM LEITE 50G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> <li>• CHÁ DE CAPIM LIMÃO 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> <li>• LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML</li> <li>• PÃO FATIADO SEM LEITE 50G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• MARGARINA SEM LEITE 10G</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> </ul>
INTEGRAL TARDE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• MARGARINA SEM LEITE 10G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO 190ML</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> <li>• BISCOITO DOCE SEM 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 FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> <li>• LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML</li> <li>• PÃO FATIADO SEM LEITE 50G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• MARGARINA SEM LEITE 10G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> </ul>
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 18,52 Lipídios (g): 17,83 Carboidrato (g): 138,13 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 21,09 Vitamina C (mg): 10,19 Energia (Kcal): 774,15					

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>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> <li>• LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO 190ML</li> <li>• BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• CHÁ DE CAMOMILA 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FATIADO SEM LEITE 50G</li> <li>• MARGARINA SEM LEITE 10G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE SOJA 180ML</li> <li>• BISCOITO DOCE SEM LEITE 50G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> </ul>
INTEGRAL TARDE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> <li>• LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO 190ML</li> <li>• BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• CHÁ DE CAMOMILA 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FATIADO SEM LEITE 50G</li> <li>• MARGARINA SEM LEITE 10G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE SOJA 180ML</li> <li>• BISCOITO DOCE SEM LEITE 50G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> </ul>
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 19,97 Lipídios (g): 17,02 Carboidrato (g): 136,82 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 11,67 Vitamina C (mg): 6,83 Energia (Kcal): 768,14					

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>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE SOJA 180ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• MARGARINA SEM LEITE 10G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML</li> <li>• BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• CHÁ DE CAMOMILA 190ML</li> <li>• BISCOITO DE POLVILHO SALGADO SEM LEITE 50G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> </ul>
INTEGRAL TARDE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE SOJA 180ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• MARGARINA SEM LEITE 10G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML</li> <li>• BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• CHÁ DE CAMOMILA 190ML</li> <li>• BISCOITO DE POLVILHO SALGADO SEM LEITE 50G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> </ul>
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 20,56 Lipídios (g): 16,68 Carboidrato (g): 144,99 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 21,13 Vitamina C (mg): 10,30 Energia (Kcal): 795,67					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 19,27 Lipídios (g): 15,85 Carboidrato (g): 139,49 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 18,48 Vitamina C (mg): 9,23 Energia (Kcal): 763,84					

### Observações

OBSERVAÇÃO: ENVIAR TODOS OS ALIMENTOS SEPARADOS, INCLUSIVE OS RECHEIOS DOS PÃES. FRUTAS 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 DE SOJA COM AROMA DE COCO 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> </ul>
INTEGRAL TARDE					<ul style="list-style-type: none"> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> <li>• LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> </ul>
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 19,45 Lipídios (g): 10,35 Carboidrato (g): 110,53 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 4,27 Vitamina C (mg): 3,57 Energia (Kcal): 613,11					

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 DE SOJA COM AROMA DE COCO 190ML</li> <li>• PÃO FATIADO SEM LEITE 50G</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• VITAMINA DE BANANA COM LEITE DE SOJA 180ML</li> <li>• BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 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 SEM LEITE 50G</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MARGARINA SEM LEITE 10G</li> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> <li>• IOGURTE DE SOJA SABOR MORANGO 180ML</li> <li>• FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> </ul>
INTEGRAL TARDE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO 190ML</li> <li>• PÃO FATIADO SEM LEITE 50G</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• VITAMINA DE BANANA COM LEITE DE SOJA 180ML</li> <li>• BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 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 SEM LEITE 50G</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MARGARINA SEM LEITE 10G</li> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> <li>• IOGURTE DE SOJA SABOR MORANGO 180ML</li> <li>• FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> </ul>
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 20,98 Lipídios (g): 14,73 Carboidrato (g): 160,41 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 30,89 Vitamina C (mg): 14,21 Energia (Kcal): 834,79					

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 DE SOJA 15G</li> <li>• LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML</li> <li>• PÃO FATIADO SEM LEITE 50G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• MARGARINA SEM LEITE 10G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> <li>• LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO 190ML</li> <li>• BISCOITO DOCE SEM 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 FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> </ul>
INTEGRAL TARDE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• PÃO FATIADO SEM LEITE 50G</li> <li>• LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• MARGARINA SEM LEITE 10G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> <li>• LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO 190ML</li> <li>• BISCOITO DOCE SEM 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 FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> </ul>
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 18,11 Lipídios (g): 14,56 Carboidrato (g): 133,28 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 16,36 Vitamina C (mg): 8,46 Energia (Kcal): 726,16					

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 DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> <li>• LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO 190ML</li> <li>• BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• CHÁ DE CAMOMILA 190ML</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FATIADO SEM LEITE 50G</li> <li>• MARGARINA SEM LEITE 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 COM LEITE DE SOJA 180ML</li> <li>• BISCOITO DOCE SEM LEITE 50G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> </ul>
INTEGRAL TARDE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> <li>• LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO 190ML</li> <li>• BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• CHÁ DE CAMOMILA 190ML</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FATIADO SEM LEITE 50G</li> <li>• MARGARINA SEM LEITE 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 COM LEITE DE SOJA 180ML</li> <li>• BISCOITO DOCE SEM LEITE 50G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> </ul>

Tabela Nutricional

Cálculo Semanal | Proteína (g): 20,99 Lipídios (g): 17,13 Carboidrato (g): 147,39 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 21,13 Vitamina C (mg): 10,30 Energia (Kcal): 810,45

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 DE SOJA 15G</li> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE SOJA 180ML</li> <li>• MARGARINA SEM LEITE 10G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML</li> <li>• BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• CHÁ DE CAMOMILA 190ML</li> <li>• BISCOITO DE POLVILHO SALGADO SEM LEITE 50G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> </ul>
INTEGRAL TARDE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE SOJA 180ML</li> <li>• MARGARINA SEM LEITE 10G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML</li> <li>• BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• CHÁ DE CAMOMILA 190ML</li> <li>• BISCOITO DE POLVILHO SALGADO SEM LEITE 50G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> </ul>
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 20,56 Lipídios (g): 16,68 Carboidrato (g): 144,99 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 21,13 Vitamina C (mg): 10,30 Energia (Kcal): 795,67					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 20,11 Lipídios (g): 15,36 Carboidrato (g): 143,75 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 20,98 Vitamina C (mg): 10,26 Energia (Kcal): 778,02					

### Observações

OBSERVAÇÃO: ENVIAR TODOS OS ALIMENTOS SEPARADOS, INCLUSIVE OS RECHEIOS DOS PÃES. FRUTAS 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>• CHÁ DE CAMOMILA 190ML</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> <li>• BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> </ul>
INTEGRAL TARDE					<ul style="list-style-type: none"> <li>• CHÁ DE CAMOMILA 190ML</li> <li>• BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> </ul>
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 20,22 Lipídios (g): 15,13 Carboidrato (g): 144,03 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 18,46 Vitamina C (mg): 8,52 Energia (Kcal): 776,01					

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>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> <li>• VITAMINA DE BANANA COM LEITE DE SOJA 180ML</li> <li>• BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> <li>• LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO 190ML</li> <li>• PÃO FATIADO SEM LEITE 50G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> <li>• CHÁ DE CAMOMILA 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• MARGARINA SEM LEITE 10G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> <li>• IOGURTE DE SOJA SABOR MORANGO 180ML</li> <li>• FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• MARGARINA SEM LEITE 10G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> </ul>
INTEGRAL TARDE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> <li>• VITAMINA DE BANANA COM LEITE DE SOJA 180ML</li> <li>• BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO 190ML</li> <li>• PÃO FATIADO SEM LEITE 50G</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• CHÁ DE CAMOMILA 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• MARGARINA SEM LEITE 10G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> <li>• IOGURTE DE SOJA SABOR MORANGO 180ML</li> <li>• FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• MARGARINA SEM LEITE 10G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> </ul>
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 20,28 Lipídios (g): 17,90 Carboidrato (g): 149,64 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 24,82 Vitamina C (mg): 11,67 Energia (Kcal): 821,96					

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
INTEGRAL MANHÃ	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• MARGARINA SEM LEITE 10G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> <li>• LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO 190ML</li> <li>• BISCOITO DOCE SEM LEITE 50G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• CHÁ DE CAPIM LIMÃO 190ML</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML</li> <li>• PÃO FATIADO SEM LEITE 50G</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• MARGARINA SEM LEITE 10G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> </ul>
INTEGRAL TARDE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• MARGARINA SEM LEITE 10G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> <li>• LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO 190ML</li> <li>• BISCOITO DOCE SEM LEITE 50G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• CHÁ DE CAPIM LIMÃO 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML</li> <li>• PÃO FATIADO SEM LEITE 50G</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• MARGARINA SEM LEITE 10G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> </ul>
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 18,52 Lipídios (g): 17,83 Carboidrato (g): 138,13 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 21,09 Vitamina C (mg): 10,19 Energia (Kcal): 774,15					

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 DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• CHÁ DE CAMOMILA 190ML</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FATIADO SEM LEITE 50G</li> <li>• MARGARINA SEM LEITE 10G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> <li>• VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE SOJA 180ML</li> <li>• BISCOITO DOCE SEM LEITE 50G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> <li>• LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO 190ML</li> <li>• BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> </ul>
INTEGRAL TARDE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</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 SEM LEITE 50G</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FATIADO SEM LEITE 50G</li> <li>• MARGARINA SEM LEITE 10G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> <li>• VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE SOJA 180ML</li> <li>• BISCOITO DOCE SEM LEITE 50G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> <li>• LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO 190ML</li> <li>• BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> </ul>
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 20,99 Lipídios (g): 17,13 Carboidrato (g): 147,39 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 21,13 Vitamina C (mg): 10,30 Energia (Kcal): 810,45					

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>• VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE SOJA 180ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• MARGARINA SEM LEITE 10G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• CHÁ DE CAMOMILA 190ML</li> <li>• BISCOITO DE POLVILHO SALGADO SEM LEITE 50G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML</li> <li>• BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> </ul>
INTEGRAL TARDE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE SOJA 180ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• MARGARINA SEM LEITE 10G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• CHÁ DE CAMOMILA 190ML</li> <li>• BISCOITO DE POLVILHO SALGADO SEM LEITE 50G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML</li> <li>• BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> </ul>
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 20,56 Lipídios (g): 16,68 Carboidrato (g): 144,99 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 21,13 Vitamina C (mg): 10,30 Energia (Kcal): 795,67					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 20,10 Lipídios (g): 17,21 Carboidrato (g): 144,96 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 21,77 Vitamina C (mg): 10,45 Energia (Kcal): 798,67					

### Observações

OBSERVAÇÃO: ENVIAR TODOS OS ALIMENTOS SEPARADOS, INCLUSIVE OS RECHEIOS DOS PÃES. FRUTAS 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 MANHÃ					<ul style="list-style-type: none"> <li>• MACARRÃO PARAFUSO 100G</li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> <li>• ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> </ul>

### Tabela Nutricional

Cálculo Semanal	Proteína (g): 18,14 Lipídios (g): 5,64 Carboidrato (g): 54,12 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 3,02 Vitamina C (mg): 27,79 Energia (Kcal): 342,68
-----------------	---

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 MANHÃ	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE MARACUJÁ 200ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> <li>• MACARRÃO PARAFUSO 100G</li> <li>• CARNE MOÍDA REFOGADA 60G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> <li>• BATATA REFOGADA 100G</li> <li>• ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 50G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 100G</li> <li>• CARNE MOÍDA REFOGADA 60G</li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G</li> <li>• VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE SOJA 180ML</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> </ul>
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 18,21 Lipídios (g): 5,92 Carboidrato (g): 62,14 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 22,23 Vitamina C (mg): 21,92 Energia (Kcal): 368,49					

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 MANHÃ	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MACARRÃO PARAFUSO 100G</li> <li>• <b>ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50G</b></li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> <li>• <b>BANANA (1 un / 130G)</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE GOIABA 200ML</li> <li>• <b>FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G</b></li> <li>• <b>PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</b></li> <li>• <b>BANANA (1 un / 130G)</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 50G</b></li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> <li>• <b>ARROZ 100G</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> <li>• <b>SUCO POLPA DE UVA 200ML</b></li> <li>• <b>BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE ACEROLA 200ML</li> <li>• CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G</li> <li>• <b>PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</b></li> <li>• <b>BANANA (1 un / 130G)</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>REQUEIJÃO DE SOJA 15G</b></li> <li>• <b>LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</b></li> <li>• <b>PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</b></li> </ul>
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 18,03 Lipídios (g): 5,94 Carboidrato (g): 70,08 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 41,21 Vitamina C (mg): 117,93 Energia (Kcal): 399,16					

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 MANHÃ	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MACARRÃO PARAFUSO 100G <ul style="list-style-type: none"> <li>• ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 50G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> <li>• ARROZ 100G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE MAÇÃ 200ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G <ul style="list-style-type: none"> <li>• FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G</li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> <li>• IOGURTE DE SOJA SABOR MORANGO 180ML</li> <li>• FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE LARANJA 200ML</li> <li>• CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> </ul>

Tabela Nutricional

Cálculo Semanal

Proteína (g): 18,00 Lipídios (g): 4,62 Carboidrato (g): 67,25 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 12,36 Vitamina C (mg): 14,00 Energia (Kcal): 377,93

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 MANHÃ	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 50G</b></li> <li>• <b>BATATA REFOGADA 100G</b></li> <li>• <b>BANANA (1 un / 130G)</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>LARANJA (1 un / 100G)</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>ARROZ 100G</b></li> <li>• <b>ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50G</b></li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML</b></li> <li>• <b>BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G</b></li> <li>• <b>MAÇÃ (1 un / 100G)</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>SUCO POLPA DE UVA 200ML</b></li> <li>• <b>PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</b></li> <li>• <b>FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G</b></li> <li>• <b>BANANA (1 un / 130G)</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50G</b></li> <li>• <b>MAÇÃ (1 un / 100G)</b></li> <li>• <b>MACARRÃO PARAFUSO 100G</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>REQUEIJÃO DE SOJA 15G</b></li> <li>• <b>LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</b></li> <li>• <b>PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</b></li> </ul>

**Tabela Nutricional**

Cálculo Semanal	Proteína (g): 19,84 Lipídios (g): 6,23 Carboidrato (g): 62,77 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 10,13 Vitamina C (mg): 21,05 Energia (Kcal): 381,96
Cálculo Mensal	Proteína (g): 18,49 Lipídios (g): 5,68 Carboidrato (g): 64,68 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 20,06 Vitamina C (mg): 42,50 Energia (Kcal): 378,87

### Observações

OBSERVAÇÃO: ENVIAR TODOS OS ALIMENTOS SEPARADOS, INCLUSIVE OS RECHEIOS DOS PÃES. FRUTAS 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 MANHÃ					<ul style="list-style-type: none"> <li>• VITAMINA DE BANANA COM LEITE DE SOJA 180ML</li> <li>• BISCOITO DOCE SEM LEITE 50G</li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> </ul>
REGULAR TARDE					<ul style="list-style-type: none"> <li>• VITAMINA DE BANANA COM LEITE DE SOJA 180ML</li> <li>• BISCOITO DOCE SEM LEITE 50G</li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> </ul>
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 21,69 Lipídios (g): 14,55 Carboidrato (g): 124,66 Cálcio (mg): 105,27 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 13,47 Vitamina C (mg): 59,58 Energia (Kcal): 707,49					

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 MANHÃ	<ul style="list-style-type: none"> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> <li>• CHÁ DE CAPIM LIMÃO 190ML</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> <li>• CHÁ DE CAPIM LIMÃO 190ML</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> <li>• CHÁ DE CAPIM LIMÃO 190ML</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> <li>• CHÁ DE CAPIM LIMÃO 190ML</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• CHÁ DE CAPIM LIMÃO 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> </ul>
REGULAR TARDE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> <li>• CHÁ DE CAPIM LIMÃO 190ML</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> <li>• CHÁ DE CAPIM LIMÃO 190ML</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> <li>• CHÁ DE CAPIM LIMÃO 190ML</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> <li>• CHÁ DE CAPIM LIMÃO 190ML</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• CHÁ DE CAPIM LIMÃO 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> </ul>
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 9,62 Lipídios (g): 5,53 Carboidrato (g): 128,62 Cálcio (mg): 21,49 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 30,38 Vitamina C (mg): 12,89 Energia (Kcal): 589,94					

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 MANHÃ	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> <li>• LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML</li> <li>• BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> <li>• LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML</li> <li>• BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> <li>• LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML</li> <li>• BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> <li>• LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML</li> <li>• BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G</li> <li>• LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML</li> <li>• BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> </ul>
REGULAR TARDE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> <li>• LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML</li> <li>• BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> <li>• LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML</li> <li>• BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> <li>• LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML</li> <li>• BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> <li>• LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML</li> <li>• BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G</li> <li>• LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML</li> <li>• BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> </ul>
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 29,87 Lipídios (g): 22,68 Carboidrato (g): 155,82 Cálcio (mg): 152,63 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 7,15 Vitamina C (mg): 5,72 Energia (Kcal): 924,67					

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 MANHÃ	<ul style="list-style-type: none"> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• BISCOITO DE POLVILHO SALGADO SEM LEITE 50G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• BISCOITO DE POLVILHO SALGADO SEM LEITE 50G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• BISCOITO DE POLVILHO SALGADO SEM LEITE 50G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• BISCOITO DE POLVILHO SALGADO SEM LEITE 50G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• BISCOITO DE POLVILHO SALGADO SEM LEITE 50G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> </ul>
REGULAR TARDE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• BISCOITO DE POLVILHO SALGADO SEM LEITE 50G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• BISCOITO DE POLVILHO SALGADO SEM LEITE 50G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• BISCOITO DE POLVILHO SALGADO SEM LEITE 50G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• BISCOITO DE POLVILHO SALGADO SEM LEITE 50G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> </ul>	
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 20,63 Lipídios (g): 18,02 Carboidrato (g): 169,24 Cálcio (mg): 88,37 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 30,60 Vitamina C (mg): 13,86 Energia (Kcal): 896,71					

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 MANHÃ	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> <li>• CHÁ DE CAMOMILA 190ML</li> <li>• BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> <li>• CHÁ DE CAMOMILA 190ML</li> <li>• BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G</li> <li>• CHÁ DE CAMOMILA 190ML</li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• CHÁ DE CAMOMILA 190ML</li> <li>• BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G</li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• CHÁ DE CAMOMILA 190ML</li> <li>• BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G</li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> </ul>
REGULAR TARDE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> <li>• CHÁ DE CAMOMILA 190ML</li> <li>• BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> <li>• CHÁ DE CAMOMILA 190ML</li> <li>• BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G</li> <li>• CHÁ DE CAMOMILA 190ML</li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• CHÁ DE CAMOMILA 190ML</li> <li>• BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G</li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• CHÁ DE CAMOMILA 190ML</li> <li>• BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G</li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> </ul>
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 19,09 Lipídios (g): 18,05 Carboidrato (g): 133,37 Cálcio (mg): 119,14 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 3,59 Vitamina C (mg): 90,28 Energia (Kcal): 756,02					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 19,95 Lipídios (g): 15,95 Carboidrato (g): 145,06 Cálcio (mg): 96,17 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 17,59 Vitamina C (mg): 32,91 Energia (Kcal): 785,34					

### Observações

OBSERVAÇÃO: ENVIAR TODOS OS ALIMENTOS SEPARADOS, INCLUSIVE OS RECHEIOS DOS PÃES. FRUTAS 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>• ARROZ 100G</li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> <li>• ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> </ul>
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 16,62 Lipídios (g): 5,23 Carboidrato (g): 48,24 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 3,02 Vitamina C (mg): 27,88 Energia (Kcal): 310,10					

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>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> <li>• BATATA REFOGADA 100G</li> <li>• ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 50G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MACARRÃO PARAFUSO 100G</li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> <li>• ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE MARACUJÁ 200ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G</li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE UVA 200ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE UVA 200ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G</li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> </ul>
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 18,31 Lipídios (g): 5,79 Carboidrato (g): 60,94 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 19,69 Vitamina C (mg): 38,20 Energia (Kcal): 366,01					

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>• ARROZ 100G</li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> <li>• ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 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>• ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> <li>• ARROZ 100G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MACARRÃO PARAFUSO 100G</li> <li>• ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50G</li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G</li> <li>• VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE SOJA 180ML</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> </ul>
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 20,70 Lipídios (g): 6,33 Carboidrato (g): 65,23 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 10,04 Vitamina C (mg): 21,87 Energia (Kcal): 395,74					

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>• SUCO POLPA DE LARANJA 200ML</li> <li>• <b>PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</b></li> <li>• CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G</li> <li>• <b>MAÇÃ (1 un / 100G)</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> <li>• <b>ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 50G</b></li> <li>• <b>ARROZ 100G</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>MAÇÃ (1 un / 100G)</b></li> <li>• <b>IOGURTE DE SOJA SABOR MORANGO 180ML</b></li> <li>• <b>FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</b></li> <li>• SUCO POLPA DE MAÇÃ 200ML</li> <li>• <b>FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G</b></li> <li>• <b>LARANJA (1 un / 100G)</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50G</b></li> <li>• MACARRÃO PARAFUSO 100G</li> <li>• <b>BANANA (1 un / 130G)</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</b></li> <li>• <b>PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</b></li> <li>• <b>REQUEIJÃO DE SOJA 15G</b></li> </ul>
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 17,74 Lipídios (g): 4,59 Carboidrato (g): 64,61 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 9,99 Vitamina C (mg): 13,13 Energia (Kcal): 367,36					

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>● BATATA REFOGADA 100G</li> <li>● ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 50G</li> <li>● LARANJA (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● MAÇÃ (1 un / 100G)           <ul style="list-style-type: none"> <li>● ARROZ 100G</li> <li>● ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50G</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● SUCO POLPA DE UVA 200ML</li> <li>● PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>● CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G</li> <li>● BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50G</li> <li>● LARANJA (1 un / 100G)</li> <li>● MACARRÃO PARAFUSO 100G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● SUCO POLPA DE UVA 200ML</li> <li>● MAÇÃ (1 un / 100G)</li> <li>● BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>● PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>● REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> </ul>

**Tabela Nutricional**

Cálculo Semanal	Proteína (g): 17,78 Lipídios (g): 5,81 Carboidrato (g): 60,43 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 7,70 Vitamina C (mg): 28,81 Energia (Kcal): 361,64
Cálculo Mensal	Proteína (g): 18,48 Lipídios (g): 5,60 Carboidrato (g): 61,68 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 11,17 Vitamina C (mg): 25,69 Energia (Kcal): 367,87

### Observações

OBSERVAÇÃO: ENVIAR TODOS OS ALIMENTOS SEPARADOS, INCLUSIVE OS RECHEIOS DOS PÃES. FRUTAS 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>• MACARRÃO PARAFUSO 100G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> <li>• ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> </ul>

### Tabela Nutricional

Cálculo Semanal	Proteína (g): 17,76 Lipídios (g): 5,58 Carboidrato (g): 57,22 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 4,02 Vitamina C (mg): 2,13 Energia (Kcal): 352,05
-----------------	--

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>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE UVA 200ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G</li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• BATATA REFOGADA 100G</li> <li>• ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 50G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MACARRÃO PARAFUSO 100G</li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> <li>• CARNE MOÍDA REFOGADA 60G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE MARACUJÁ 200ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> </ul>
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 17,50 Lipídios (g): 5,62 Carboidrato (g): 64,62 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 21,94 Vitamina C (mg): 30,34 Energia (Kcal): 373,60					

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>• <b>ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50G</b></li> <li>• <b>MAÇÃ (1 un / 100G)</b></li> <li>• <b>ARROZ 100G</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>MAÇÃ (1 un / 100G)</b></li> <li>• <b>BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G</b></li> <li>• <b>VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE SOJA 180ML</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>SUCO POLPA DE GOIABA 200ML</b></li> <li>• <b>FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G</b></li> <li>• <b>PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</b></li> <li>• <b>BANANA (1 un / 130G)</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>MACARRÃO PARAFUSO 100G</b></li> <li>• <b>ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50G</b></li> <li>• <b>LARANJA (1 un / 100G)</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>ARROZ 100G</b></li> <li>• <b>LARANJA (1 un / 100G)</b></li> <li>• <b>ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 50G</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</b></li> <li>• <b>PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</b></li> <li>• <b>REQUEIJÃO DE SOJA 15G</b></li> </ul>
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 20,05 Lipídios (g): 6,34 Carboidrato (g): 61,76 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 7,43 Vitamina C (mg): 21,00 Energia (Kcal): 381,30					

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>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> <li>• MACARRÃO PARAFUSO 100G</li> <li>• ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE MAÇÃ 200ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G</li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• IOGURTE DE SOJA SABOR MORANGO 180ML</li> <li>• FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 50G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> <li>• ARROZ 100G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 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 DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> </ul>

Tabela Nutricional

Cálculo Semanal | Proteína (g): 17,49 Lipídios (g): 4,57 Carboidrato (g): 61,97 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 7,63 Vitamina C (mg): 12,27 Energia (Kcal): 356,78

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 SEM LEITE 50G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> <li>• MACARRÃO PARAFUSO 100G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> <li>• BATATA REFOGADA 100G</li> <li>• ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 50G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 100G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> <li>• CARNE MOÍDA REFOGADA 60G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE UVA 200ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> </ul>

Tabela Nutricional

Cálculo Semanal	Proteína (g): 18,17 Lipídios (g): 5,81 Carboidrato (g): 66,73 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 12,40 Vitamina C (mg): 21,82 Energia (Kcal): 385,62
Cálculo Mensal	Proteína (g): 18,26 Lipídios (g): 5,58 Carboidrato (g): 63,27 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 11,71 Vitamina C (mg): 19,88 Energia (Kcal): 372,61

### Observações

OBSERVAÇÃO: ENVIAR TODOS OS ALIMENTOS SEPARADOS, INCLUSIVE OS RECHEIOS DOS PÃES. FRUTAS 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>• SUCO POLPA DE UVA 200ML</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> <li>• BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> </ul>

### Tabela Nutricional

Cálculo Semanal	Proteína (g): 9,35 Lipídios (g): 7,49 Carboidrato (g): 71,58 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 2,13 Vitamina C (mg): 1,66 Energia (Kcal): 385,26
-----------------	---

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>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> <li>• FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G</li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE UVA 200ML</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> <li>• BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MACARRÃO PARAFUSO 100G</li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> <li>• CARNE MOÍDA REFOGADA 60G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• SUCO POLPA DE MARACUJÁ 200ML</li> <li>• FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> <li>• BATATA REFOGADA 100G</li> <li>• ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 50G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> </ul>
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 17,80 Lipídios (g): 5,65 Carboidrato (g): 69,79 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 24,97 Vitamina C (mg): 31,61 Energia (Kcal): 393,43					

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>● ARROZ 100G</li> <li>● LARANJA (1 un / 100G)</li> <li>● ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 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 SEM LEITE 50G</li> <li>● MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● MAÇÃ (1 un / 100G)</li> <li>● ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50G</li> <li>● MACARRÃO PARAFUSO 100G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● BANANA (1 un / 130G)</li> <li>● VITAMINA DE GOIABA 180ML</li> <li>● BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● LARANJA (1 un / 100G)</li> <li>● MACARRÃO PARAFUSO 100G</li> <li>● CARNE MOÍDA REFOGADA 60G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>● PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>● REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> </ul>
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 19,34 Lipídios (g): 6,85 Carboidrato (g): 64,07 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 20,19 Vitamina C (mg): 20,70 Energia (Kcal): 390,94					

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>• SUCO POLPA DE MAÇÃ 200ML</li> <li>• <b>PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</b></li> <li>• FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G</li> <li>• <b>BANANA (1 un / 130G)</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>MAÇÃ (1 un / 100G)</b></li> <li>• <b>FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G</b></li> <li>• <b>IOGURTE DE SOJA SABOR MORANGO 180ML</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 50G</b></li> <li>• <b>BANANA (1 un / 130G)</b></li> <li>• <b>ARROZ 100G</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE LARANJA 200ML</li> <li>• <b>PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</b></li> <li>• CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G</li> <li>• <b>MAÇÃ (1 un / 100G)</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50G</b></li> <li>• <b>BANANA (1 un / 130G)</b></li> <li>• MACARRÃO PARAFUSO 100G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</b></li> <li>• <b>PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</b></li> <li>• <b>REQUEIJÃO DE SOJA 15G</b></li> </ul>

Tabela Nutricional

Cálculo Semanal | Proteína (g): 17,87 Lipídios (g): 4,60 Carboidrato (g): 68,28 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 12,69 Vitamina C (mg): 5,45 Energia (Kcal): 381,06

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>• ARROZ 100G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> <li>• CARNE MOÍDA REFOGADA 60G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> <li>• MACARRÃO PARAFUSO 100G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• SUCO POLPA DE UVA 200ML</li> <li>• CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• BATATA REFOGADA 100G</li> <li>• ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 50G</li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE UVA 200ML</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> <li>• BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> </ul>

Tabela Nutricional

Cálculo Semanal	Proteína (g): 16,72 Lipídios (g): 5,62 Carboidrato (g): 61,47 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 7,58 Vitamina C (mg): 20,09 Energia (Kcal): 358,65
Cálculo Mensal	Proteína (g): 17,27 Lipídios (g): 5,82 Carboidrato (g): 66,34 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 15,26 Vitamina C (mg): 18,09 Energia (Kcal): 381,35