

| 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"> • ARROZ 110G • FRANGO ASSADO 110G • FEIJÃO PRETO 90G • BATATA DOCE ASSADA 50G • SALADA DE TOMATE 60G • BANANA (1 un / 130G) | |
| Tabela Nutricional | | | | | | |
| Cálculo Semanal | Proteína (g): 39,38 Lipídios (g): 28,79 Carboidrato (g): 109,23 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 2942,43 Vitamina C (mg): 29,43 Energia (Kcal): 847,44 | | | | | |

| Tipo de Refeição | Segunda-Feira, 04/08 | Terça-Feira, 05/08 | Quarta-Feira, 06/08 | Quinta-Feira, 07/08 | Sexta-Feira, 08/08 | Sábado, 09/08 |
|--------------------|--|---|---|--|--|---------------|
| ALMOÇO | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • LARANJA (1 un / 100G) • BOLINHO DE CARNE ASSADO 90G • MACARRÃO PARAFUSO ALHO E ÓLEO 80G • SALADA DE ALFACE 15G | <ul style="list-style-type: none"> • SALADA DE PEPINO 40G • ARROZ 110G • CARNE MOÍDA REFOGADA 80G • ABÓBORA REFOGADA 58G • FEIJÃO CARIOCA 90G • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • SALADA DE TOMATE 60G • FEIJÃO PRETO 90G • FARINHA DE MANDIOCA TORRADA 35G • LARANJA (1 un / 100G) • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 80G | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • LARANJA (1 un / 100G) • FEIJÃO CARIOCA 90G • ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 80G • BATATA PALHA 25G • SALADA DE ALFACE 15G | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • PEITO DE FRANGO À MILANESA (1 un / 100G) • BETERRABA COZIDA 70G • SALADA DE REPOLHO COM LIMÃO 40G • LARANJA (1 un / 100G) | |
| 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"> • ARROZ 110G • LARANJA (1 un / 100G) • FEIJÃO CARIOCA 90G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 80G • BATATA PALHA 25G • SALADA DE CENOURA COZIDA 40G | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • LARANJA (1 un / 100G) • FEIJÃO PRETO 90G • FRANGO ASSADO 110G • BRÓCOLIS REFOGADO 50G • SALADA DE TOMATE 60G | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • CARNE MOÍDA REFOGADA 80G • FARINHA DE MANDIOCA TORRADA 35G • SALADA DE TOMATE 60G • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • CENOURA REFOGADA 30G • FEIJÃO PRETO 90G • PEITO DE FRANGO GRELHADO (1 un / 80G) • SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 40G • MAÇÃ (1 un / 100G) | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • CARNE MOÍDA REFOGADA 80G • SALADA DE PEPINO COM LIMÃO 40G • MAÇÃ (1 un / 100G) • BATATA SAUTÉ 55G | |
| Tabela Nutricional | | | | | | |
| 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"> • ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • FRANGO ASSADO 110G • LARANJA (1 un / 100G) • BATATA REFOGADA 50G • SALADA DE BRÓCOLIS COM LIMÃO 30G | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • CARNE MOÍDA REFOGADA 80G • FARINHA DE MANDIOCA TORRADA 35G • SALADA DE PEPINO 40G • LARANJA (1 un / 100G) | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • LARANJA (1 un / 100G) • FEIJÃO PRETO 90G • FRANGO ASSADO 110G • BATATA REFOGADA 50G • SALADA DE BETERRABA RALADA 25G | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • ABOBRINHA REFOGADA 35G • FEIJÃO CARIOCA 90G • BIFE À MILANESA (1 un / 100G) • SALADA DE CENOURA RALADA COM LIMÃO 25G • LARANJA (1 un / 100G) | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • BATATA SAUTÉ 55G • SALADA DE ALFACE 15G • BOLINHO DE CARNE ASSADO 90G • LARANJA (1 un / 100G) | |
| Tabela Nutricional | | | | | | |
| 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"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 80G • MACARRÃO PARAFUSO ALHO E ÓLEO 80G • SALADA DE REPOLHO 40G • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • LARANJA (1 un / 100G) • FEIJÃO PRETO 90G • ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 80G • AIPIM SAUTÉ 85G • SALADA DE ALFACE 15G | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • CARNE MOÍDA REFOGADA 80G • BATATA REFOGADA 50G • BANANA (1 un / 130G) • SALADA DE TOMATE 60G | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • PEITO DE FRANGO À MILANESA (1 un / 100G) • CHUCHU REFOGADO 50G • SALADA DE BETERRABA RALADA 25G • LARANJA (1 un / 100G) | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • CARNE MOÍDA REFOGADA 80G • FARINHA DE MANDIOCA TORRADA 35G • SALADA DE CENOURA COZIDA 40G • LARANJA (1 un / 100G) | |
| Tabela Nutricional | | | | | | |
| 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"> • ARROZ 110G • LARANJA (1 un / 100G) • FEIJÃO PRETO 90G • BOLINHO DE CARNE ASSADO 90G • FARINHA DE MANDIOCA TORRADA 35G • SALADA DE BETERRABA RALADA 25G | |
| 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"> • ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 80G • BATATA PALHA 25G • SALADA DE ALFACE 15G • MAÇÃ (1 un / 100G) | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • LARANJA (1 un / 100G) • CARNE MOÍDA REFOGADA 80G • ABÓBORA REFOGADA 58G • SALADA DE REPOLHO COM LIMÃO 40G | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 80G • FARINHA DE MANDIOCA TORRADA 35G • SALADA DE TOMATE 60G • LARANJA (1 un / 100G) | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • PEITO DE FRANGO À MILANESA (1 un / 100G) • BETERRABA COZIDA 70G • SALADA DE PEPINO 40G • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • BOLINHO DE CARNE ASSADO 90G • MACARRÃO PARAFUSO ALHO E ÓLEO 80G • SALADA DE ALFACE 15G • LARANJA (1 un / 100G) | |
| Tabela Nutricional | | | | | | |
| 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"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 80G • BATATA PALHA 25G • SALADA DE CENOURA COZIDA 40G • LARANJA (1 un / 100G) | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • LARANJA (1 un / 100G) • FEIJÃO PRETO 90G • FRANGO ASSADO 110G • BRÓCOLIS REFOGADO 50G • SALADA DE TOMATE 60G | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • SALADA DE TOMATE 60G • FEIJÃO CARIOCA 90G • CARNE MOÍDA REFOGADA 80G • FARINHA DE MANDIOCA TORRADA 35G • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • PEITO DE FRANGO GRELHADO (1 un / 80G) • CENOURA REFOGADA 30G • SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 40G • MAÇÃ (1 un / 100G) | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • CARNE MOÍDA REFOGADA 80G • BATATA SAUTÉ 55G • MAÇÃ (1 un / 100G) • SALADA DE COUVE-FLOR COM LIMÃO 30G | |
| Tabela Nutricional | | | | | | |
| 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"> • ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • FRANGO ASSADO 110G • BATATA REFOGADA 50G • SALADA DE BRÓCOLIS COM LIMÃO 30G • LARANJA (1 un / 100G) | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • CARNE MOÍDA REFOGADA 80G • FARINHA DE MANDIOCA TORRADA 35G • SALADA DE PEPINO 40G • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • LARANJA (1 un / 100G) • BATATA SAUTÉ 55G • SALADA DE ALFACE 15G • FEIJÃO PRETO 90G • BOLINHO DE CARNE ASSADO 90G | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • LARANJA (1 un / 100G) • FEIJÃO CARIOCA 90G • FRANGO ASSADO 110G • BATATA REFOGADA 50G • SALADA DE BETERRABA RALADA 25G | <ul style="list-style-type: none"> • ABOBRINHA REFOGADA 35G • FEIJÃO PRETO 90G • BIFE À MILANESA (1 un / 100G) • SALADA DE CENOURA RALADA COM LIMÃO 25G • ARROZ 110G • LARANJA (1 un / 100G) | |
| Tabela Nutricional | | | | | | |
| 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"> • ARROZ 110G • FARINHA DE MANDIOCA TORRADA 35G • FEIJÃO CARIOCA 90G • CARNE MOÍDA REFOGADA 80G • SALADA DE CENOURA COZIDA 40G • LARANJA (1 un / 100G) | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • CARNE MOÍDA REFOGADA 80G • BATATA REFOGADA 50G • SALADA DE TOMATE 60G • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 80G • MACARRÃO PARAFUSO ALHO E ÓLEO 80G • SALADA DE REPOLHO 40G • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 80G • AIPIM SAUTÉ 85G • SALADA DE ALFACE 15G • LARANJA (1 un / 100G) | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • PEITO DE FRANGO À MILANESA (1 un / 100G) • CHUCHU REFOGADO 50G • SALADA DE BETERRABA RALADA 25G • LARANJA (1 un / 100G) | |
| Tabela Nutricional | | | | | | |
| 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"> • ARROZ 110G • LARANJA (1 un / 100G) • FEIJÃO PRETO 90G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 80G • SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 40G • BATATA SALSA REFOGADA 55G | |
| 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"> • ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • CARNE MOÍDA REFOGADA 80G • ABÓBORA REFOGADA 58G • SALADA DE REPOLHO COM LIMÃO 40G • LARANJA (1 un / 100G) | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • SALADA DE ALFACE 15G • FEIJÃO CARIOCA 90G • ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 80G • BATATA PALHA 25G • LARANJA (1 un / 100G) | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • PEITO DE FRANGO À MILANESA (1 un / 100G) • BETERRABA COZIDA 70G • SALADA DE PEPINO 40G • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • FEIJÃO CARIOCA 90G • LARANJA (1 un / 100G) • ARROZ 110G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 80G • FARINHA DE MANDIOCA TORRADA 35G • SALADA DE TOMATE 60G | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • BOLINHO DE CARNE ASSADO 90G • MACARRÃO PARAFUSO ALHO E ÓLEO 80G • SALADA DE ALFACE 15G • LARANJA (1 un / 100G) | |
| 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"> • ARROZ 110G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 80G • BATATA PALHA 25G • LARANJA (1 un / 100G) • FEIJÃO CARIOCA 90G • SALADA DE CENOURA COZIDA 40G | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • SALADA DE TOMATE 60G • LARANJA (1 un / 100G) • FEIJÃO PRETO 90G • FRANGO ASSADO 110G • BRÓCOLIS REFOGADO 50G | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • CARNE MOÍDA REFOGADA 80G • FARINHA DE MANDIOCA TORRADA 35G • SALADA DE TOMATE 60G • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • PEITO DE FRANGO GRELHADO (1 un / 80G) • CENOURA REFOGADA 30G • SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 40G • MAÇÃ (1 un / 100G) | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • BATATA SAUTÉ 55G • CARNE MOÍDA REFOGADA 80G • SALADA DE PEPINO COM LIMÃO 40G • MAÇÃ (1 un / 100G) | |
| Tabela Nutricional | | | | | | |
| 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"> • ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • LARANJA (1 un / 100G) • CARNE MOÍDA REFOGADA 80G • FARINHA DE MANDIOCA TORRADA 35G • SALADA DE PEPINO 40G | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • LARANJA (1 un / 100G) • FRANGO ASSADO 110G • BATATA REFOGADA 50G • SALADA DE BETERRABA RALADA 25G | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • LARANJA (1 un / 100G) • FEIJÃO PRETO 90G • BIFE À MILANESA (1 un / 100G) • ABOBRINHA REFOGADA 35G • SALADA DE CENOURA RALADA COM LIMÃO 25G | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • LARANJA (1 un / 100G) • FEIJÃO CARIOCA 90G • BOLINHO DE CARNE ASSADO 90G • BATATA SAUTÉ 55G • SALADA DE TOMATE 60G | <ul style="list-style-type: none"> • LARANJA (1 un / 100G) • ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • FRANGO ASSADO 110G • BATATA REFOGADA 50G • SALADA DE BRÓCOLIS COM LIMÃO 30G | |
| Tabela Nutricional | | | | | | |
| 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"> • ARROZ 110G • PEITO DE FRANGO À MILANESA (1 un / 100G) • LARANJA (1 un / 100G) • FEIJÃO CARIOCA 90G • CHUCHU REFOGADO 50G • SALADA DE BETERRABA RALADA 25G | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FARINHA DE MANDIOCA TORRADA 35G • FEIJÃO PRETO 90G • CARNE MOÍDA REFOGADA 80G • SALADA DE CENOURA COZIDA 40G • LARANJA (1 un / 100G) | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • AIPIM SAUTÉ 85G • FEIJÃO CARIOCA 90G • ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 80G • SALADA DE ALFACE 15G • LARANJA (1 un / 100G) | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 80G • MACARRÃO PARAFUSO ALHO E ÓLEO 80G • SALADA DE REPOLHO 40G • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • CARNE MOÍDA REFOGADA 80G • BATATA REFOGADA 50G • SALADA DE TOMATE 60G • BANANA (1 un / 130G) | |
| Tabela Nutricional | | | | | | |
| 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"> • CHÁ DE HORTELÃ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G |
| INTEGRAL TARDE | | | | | <ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE HORTELÃ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G |
| Tabela Nutricional | | | | | | |
| 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"> • MAÇÃ (1 un / 100G) • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • MARGARINA SEM LEITE 10G | <ul style="list-style-type: none"> • BANANA (1 un / 130G) • LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO 190ML • PÃO FATIADO SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G | <ul style="list-style-type: none"> • VITAMINA DE BANANA COM LEITE DE SOJA 180ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G • MAÇÃ (1 un / 100G) | <ul style="list-style-type: none"> • BANANA (1 un / 130G) • CHÁ DE CAMOMILA 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G | <ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ (1 un / 100G) • IOGURTE DE SOJA SABOR MORANGO 180ML • FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G |
| INTEGRAL TARDE | <ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ (1 un / 100G) • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • MARGARINA SEM LEITE 10G | <ul style="list-style-type: none"> • BANANA (1 un / 130G) • LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO 190ML • PÃO FATIADO SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G | <ul style="list-style-type: none"> • VITAMINA DE BANANA COM LEITE DE SOJA 180ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G • MAÇÃ (1 un / 100G) | <ul style="list-style-type: none"> • BANANA (1 un / 130G) • CHÁ DE CAMOMILA 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G | <ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ (1 un / 100G) • IOGURTE DE SOJA SABOR MORANGO 180ML • FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G |
| Tabela Nutricional | | | | | | |
| 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"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • MARGARINA SEM LEITE 10G • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO 190ML • BISCOITO DOCE SEM LEITE 50G • MAÇÃ (1 un / 100G) | <ul style="list-style-type: none"> • BANANA (1 un / 130G) • CHÁ DE CAPIM LIMÃO 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G | <ul style="list-style-type: none"> • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • PÃO FATIADO SEM LEITE 50G • MAÇÃ (1 un / 100G) | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • MARGARINA SEM LEITE 10G • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G |
| INTEGRAL TARDE | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • MARGARINA SEM LEITE 10G • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO 190ML • MAÇÃ (1 un / 100G) • BISCOITO DOCE SEM LEITE 50G | <ul style="list-style-type: none"> • BANANA (1 un / 130G) • CHÁ DE CAPIM LIMÃO 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G | <ul style="list-style-type: none"> • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • PÃO FATIADO SEM LEITE 50G • MAÇÃ (1 un / 100G) | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • MARGARINA SEM LEITE 10G • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G |
| Tabela Nutricional | | | | | | |
| 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"> • MAÇÃ (1 un / 100G) • LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO 190ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G | <ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • MAÇÃ (1 un / 100G) | <ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ (1 un / 100G) • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FATIADO SEM LEITE 50G • MARGARINA SEM LEITE 10G | <ul style="list-style-type: none"> • VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE SOJA 180ML • BISCOITO DOCE SEM LEITE 50G • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • MAÇÃ (1 un / 100G) | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G |
| INTEGRAL TARDE | <ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ (1 un / 100G) • LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO 190ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G | <ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • MAÇÃ (1 un / 100G) | <ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ (1 un / 100G) • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FATIADO SEM LEITE 50G • MARGARINA SEM LEITE 10G | <ul style="list-style-type: none"> • VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE SOJA 180ML • BISCOITO DOCE SEM LEITE 50G • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • MAÇÃ (1 un / 100G) | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G |
| Tabela Nutricional | | | | | | |
| 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"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • BANANA (1 un / 130G) • REQUEIJÃO DE SOJA 15G | <ul style="list-style-type: none"> • VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE SOJA 180ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • MARGARINA SEM LEITE 10G • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • MAÇÃ (1 un / 100G) | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G • MAÇÃ (1 un / 100G) | <ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA 190ML • BISCOITO DE POLVILHO SALGADO SEM LEITE 50G • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G |
| INTEGRAL TARDE | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • BANANA (1 un / 130G) • REQUEIJÃO DE SOJA 15G | <ul style="list-style-type: none"> • VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE SOJA 180ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • MARGARINA SEM LEITE 10G • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • MAÇÃ (1 un / 100G) | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G • MAÇÃ (1 un / 100G) | <ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA 190ML • BISCOITO DE POLVILHO SALGADO SEM LEITE 50G • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G |
| Tabela Nutricional | | | | | | |
| 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"> ● MAÇÃ (1 un / 100G) ● LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G | <ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G |
| INTEGRAL TARDE | | | | | <ul style="list-style-type: none"> ● MAÇÃ (1 un / 100G) ● LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G | <ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G |
| Tabela Nutricional | | | | | | |
| 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"> • LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO 190ML • PÃO FATIADO SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • VITAMINA DE BANANA COM LEITE DE SOJA 180ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G • MAÇÃ (1 un / 100G) | <ul style="list-style-type: none"> • BANANA (1 un / 130G) • CHÁ DE CAMOMILA 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G | <ul style="list-style-type: none"> • MARGARINA SEM LEITE 10G • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • BANANA (1 un / 130G) • IOGURTE DE SOJA SABOR MORANGO 180ML • FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • MAÇÃ (1 un / 100G) | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G |
| INTEGRAL TARDE | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO 190ML • PÃO FATIADO SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • VITAMINA DE BANANA COM LEITE DE SOJA 180ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G • MAÇÃ (1 un / 100G) | <ul style="list-style-type: none"> • BANANA (1 un / 130G) • CHÁ DE CAMOMILA 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G | <ul style="list-style-type: none"> • MARGARINA SEM LEITE 10G • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • BANANA (1 un / 130G) • IOGURTE DE SOJA SABOR MORANGO 180ML • FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • MAÇÃ (1 un / 100G) | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G |
| Tabela Nutricional | | | | | | |
| 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"> • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • PÃO FATIADO SEM LEITE 50G • MAÇÃ (1 un / 100G) | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • MARGARINA SEM LEITE 10G • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ (1 un / 100G) • LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO 190ML • BISCOITO DOCE SEM LEITE 50G | <ul style="list-style-type: none"> • BANANA (1 un / 130G) • CHÁ DE CAPIM LIMÃO 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G | <ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ (1 un / 100G) • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G |
| INTEGRAL TARDE | <ul style="list-style-type: none"> • PÃO FATIADO SEM LEITE 50G • LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • MAÇÃ (1 un / 100G) | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • MARGARINA SEM LEITE 10G • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ (1 un / 100G) • LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO 190ML • BISCOITO DOCE SEM LEITE 50G | <ul style="list-style-type: none"> • BANANA (1 un / 130G) • CHÁ DE CAPIM LIMÃO 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G | <ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ (1 un / 100G) • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G |
| Tabela Nutricional | | | | | | |
| 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"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ (1 un / 100G) • LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO 190ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G | <ul style="list-style-type: none"> • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • CHÁ DE CAMOMILA 190ML • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FATIADO SEM LEITE 50G • MARGARINA SEM LEITE 10G • MAÇÃ (1 un / 100G) | <ul style="list-style-type: none"> • BANANA (1 un / 130G) • VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE SOJA 180ML • BISCOITO DOCE SEM LEITE 50G | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G |
| INTEGRAL TARDE | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ (1 un / 100G) • LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO 190ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G | <ul style="list-style-type: none"> • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • CHÁ DE CAMOMILA 190ML • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FATIADO SEM LEITE 50G • MARGARINA SEM LEITE 10G • MAÇÃ (1 un / 100G) | <ul style="list-style-type: none"> • BANANA (1 un / 130G) • VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE SOJA 180ML • BISCOITO DOCE SEM LEITE 50G | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G |
| 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"> • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • MAÇÃ (1 un / 100G) | <ul style="list-style-type: none"> • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE SOJA 180ML • MARGARINA SEM LEITE 10G • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G • MAÇÃ (1 un / 100G) | <ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA 190ML • BISCOITO DE POLVILHO SALGADO SEM LEITE 50G • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G |
| INTEGRAL TARDE | <ul style="list-style-type: none"> • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • MAÇÃ (1 un / 100G) | <ul style="list-style-type: none"> • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE SOJA 180ML • MARGARINA SEM LEITE 10G • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G • MAÇÃ (1 un / 100G) | <ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA 190ML • BISCOITO DE POLVILHO SALGADO SEM LEITE 50G • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G |
| Tabela Nutricional | | | | | | |
| 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"> • CHÁ DE CAMOMILA 190ML • BANANA (1 un / 130G) • BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G |
| INTEGRAL TARDE | | | | | <ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA 190ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G |
| Tabela Nutricional | | | | | | |
| 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"> • MAÇÃ (1 un / 100G) • VITAMINA DE BANANA COM LEITE DE SOJA 180ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G | <ul style="list-style-type: none"> • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO 190ML • PÃO FATIADO SEM LEITE 50G • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • BANANA (1 un / 130G) • CHÁ DE CAMOMILA 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • MARGARINA SEM LEITE 10G | <ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ (1 un / 100G) • IOGURTE DE SOJA SABOR MORANGO 180ML • FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G | <ul style="list-style-type: none"> • BANANA (1 un / 130G) • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • MARGARINA SEM LEITE 10G | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G |
| INTEGRAL TARDE | <ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ (1 un / 100G) • VITAMINA DE BANANA COM LEITE DE SOJA 180ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO 190ML • PÃO FATIADO SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • MARGARINA SEM LEITE 10G • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ (1 un / 100G) • IOGURTE DE SOJA SABOR MORANGO 180ML • FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G | <ul style="list-style-type: none"> • BANANA (1 un / 130G) • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • MARGARINA SEM LEITE 10G | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G |
| Tabela Nutricional | | | | | | |
| 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"> • MAÇÃ (1 un / 100G) • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • MARGARINA SEM LEITE 10G | <ul style="list-style-type: none"> • BANANA (1 un / 130G) • LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO 190ML • BISCOITO DOCE SEM LEITE 50G | <ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAPIM LIMÃO 190ML • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • BANANA (1 un / 130G) • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • PÃO FATIADO SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • MAÇÃ (1 un / 100G) | <ul style="list-style-type: none"> • BANANA (1 un / 130G) • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • MARGARINA SEM LEITE 10G | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G |
| INTEGRAL TARDE | <ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ (1 un / 100G) • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • MARGARINA SEM LEITE 10G | <ul style="list-style-type: none"> • BANANA (1 un / 130G) • LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO 190ML • BISCOITO DOCE SEM LEITE 50G | <ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAPIM LIMÃO 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • PÃO FATIADO SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • MAÇÃ (1 un / 100G) | <ul style="list-style-type: none"> • BANANA (1 un / 130G) • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • MARGARINA SEM LEITE 10G | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G |
| Tabela Nutricional | | | | | | |
| 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"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • MAÇÃ (1 un / 100G) | <ul style="list-style-type: none"> • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • CHÁ DE CAMOMILA 190ML • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FATIADO SEM LEITE 50G • MARGARINA SEM LEITE 10G • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ (1 un / 100G) • VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE SOJA 180ML • BISCOITO DOCE SEM LEITE 50G | <ul style="list-style-type: none"> • BANANA (1 un / 130G) • LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO 190ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G |
| INTEGRAL TARDE | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • MAÇÃ (1 un / 100G) | <ul style="list-style-type: none"> • BANANA (1 un / 130G) • CHÁ DE CAMOMILA 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FATIADO SEM LEITE 50G • MARGARINA SEM LEITE 10G • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ (1 un / 100G) • VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE SOJA 180ML • BISCOITO DOCE SEM LEITE 50G | <ul style="list-style-type: none"> • BANANA (1 un / 130G) • LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO 190ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G |
| 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"> • VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE SOJA 180ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • MARGARINA SEM LEITE 10G • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • MAÇÃ (1 un / 100G) | <ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA 190ML • BISCOITO DE POLVILHO SALGADO SEM LEITE 50G • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • MAÇÃ (1 un / 100G) | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G |
| INTEGRAL TARDE | <ul style="list-style-type: none"> • VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE SOJA 180ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • MARGARINA SEM LEITE 10G • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ (1 un / 100G) • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G | <ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA 190ML • BISCOITO DE POLVILHO SALGADO SEM LEITE 50G • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • MAÇÃ (1 un / 100G) | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G |
| Tabela Nutricional | | | | | | |
| 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"> • MACARRÃO PARAFUSO 100G • LARANJA (1 un / 100G) • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50G | <ul style="list-style-type: none"> • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G |
| 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"> • SUCO POLPA DE MARACUJÁ 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ (1 un / 100G) • MACARRÃO PARAFUSO 100G • CARNE MOÍDA REFOGADA 60G | <ul style="list-style-type: none"> • BANANA (1 un / 130G) • BATATA REFOGADA 100G • ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 50G | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 100G • CARNE MOÍDA REFOGADA 60G • LARANJA (1 un / 100G) | <ul style="list-style-type: none"> • BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G • VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE SOJA 180ML • MAÇÃ (1 un / 100G) | <ul style="list-style-type: none"> • REQUEijÃO DE SOJA 15G • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G |
| Tabela Nutricional | | | | | | |
| 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"> • MACARRÃO PARAFUSO 100G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50G • LARANJA (1 un / 100G) | <ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE GOIABA 200ML • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 50G • MAÇÃ (1 un / 100G) • ARROZ 100G | <ul style="list-style-type: none"> • BANANA (1 un / 130G) • SUCO POLPA DE UVA 200ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G | <ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE ACEROLA 200ML • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • REQUEijÃO DE SOJA 15G • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G |
| Tabela Nutricional | | | | | | |
| 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"> • MACARRÃO PARAFUSO 100G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50G • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 50G • BANANA (1 un / 130G) • ARROZ 100G | <ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE MAÇÃ 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G • LARANJA (1 un / 100G) | <ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ (1 un / 100G) • IOGURTE DE SOJA SABOR MORANGO 180ML • FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G | <ul style="list-style-type: none"> • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • SUCO POLPA DE LARANJA 200ML • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • REQUEijÃO DE SOJA 15G • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G |
| 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"> ● ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 50G ● BATATA REFOGADA 100G ● BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> ● LARANJA (1 un / 100G) ● ARROZ 100G ● ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50G | <ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML ● BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G ● MAÇÃ (1 un / 100G) | <ul style="list-style-type: none"> ● SUCO POLPA DE UVA 200ML ● PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G ● FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G ● BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> ● ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50G ● MAÇÃ (1 un / 100G) ● MACARRÃO PARAFUSO 100G | <ul style="list-style-type: none"> ● REQUEijÃO DE SOJA 15G ● LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G |
| 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"> • VITAMINA DE BANANA COM LEITE DE SOJA 180ML • BISCOITO DOCE SEM LEITE 50G • LARANJA (1 un / 100G) | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G |
| REGULAR TARDE | | | | | <ul style="list-style-type: none"> • VITAMINA DE BANANA COM LEITE DE SOJA 180ML • BISCOITO DOCE SEM LEITE 50G • LARANJA (1 un / 100G) | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G |
| Tabela Nutricional | | | | | | |
| 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"> • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • CHÁ DE CAPIM LIMÃO 190ML • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • CHÁ DE CAPIM LIMÃO 190ML • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • CHÁ DE CAPIM LIMÃO 190ML • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • CHÁ DE CAPIM LIMÃO 190ML • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAPIM LIMÃO 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G |
| REGULAR TARDE | <ul style="list-style-type: none"> • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • CHÁ DE CAPIM LIMÃO 190ML • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • CHÁ DE CAPIM LIMÃO 190ML • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • CHÁ DE CAPIM LIMÃO 190ML • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • CHÁ DE CAPIM LIMÃO 190ML • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAPIM LIMÃO 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G |
| Tabela Nutricional | | | | | | |
| 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"> • MAÇÃ (1 un / 100G) • LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G | <ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ (1 un / 100G) • LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G | <ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ (1 un / 100G) • LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G | <ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ (1 un / 100G) • LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G | <ul style="list-style-type: none"> • BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G • LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • MAÇÃ (1 un / 100G) | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G |
| REGULAR TARDE | <ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ (1 un / 100G) • LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G | <ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ (1 un / 100G) • LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G | <ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ (1 un / 100G) • LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G | <ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ (1 un / 100G) • LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G | <ul style="list-style-type: none"> • BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G • LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • MAÇÃ (1 un / 100G) | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G |
| Tabela Nutricional | | | | | | |
| 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"> • BANANA (1 un / 130G) • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • BISCOITO DE POLVILHO SALGADO SEM LEITE 50G | <ul style="list-style-type: none"> • BANANA (1 un / 130G) • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • BISCOITO DE POLVILHO SALGADO SEM LEITE 50G | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • BISCOITO DE POLVILHO SALGADO SEM LEITE 50G • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • BISCOITO DE POLVILHO SALGADO SEM LEITE 50G • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • BISCOITO DE POLVILHO SALGADO SEM LEITE 50G • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G |
| REGULAR TARDE | <ul style="list-style-type: none"> • BANANA (1 un / 130G) • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • BISCOITO DE POLVILHO SALGADO SEM LEITE 50G | <ul style="list-style-type: none"> • BANANA (1 un / 130G) • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • BISCOITO DE POLVILHO SALGADO SEM LEITE 50G | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • BISCOITO DE POLVILHO SALGADO SEM LEITE 50G • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • BISCOITO DE POLVILHO SALGADO SEM LEITE 50G • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • BISCOITO DE POLVILHO SALGADO SEM LEITE 50G • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G |
| Tabela Nutricional | | | | | | |
| 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"> ● LARANJA (1 un / 100G) ● CHÁ DE CAMOMILA 190ML ● BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G | <ul style="list-style-type: none"> ● LARANJA (1 un / 100G) ● CHÁ DE CAMOMILA 190ML ● BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G | <ul style="list-style-type: none"> ● BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G ● CHÁ DE CAMOMILA 190ML ● LARANJA (1 un / 100G) | <ul style="list-style-type: none"> ● CHÁ DE CAMOMILA 190ML ● BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G ● LARANJA (1 un / 100G) | <ul style="list-style-type: none"> ● CHÁ DE CAMOMILA 190ML ● BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G ● LARANJA (1 un / 100G) | <ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G |
| REGULAR TARDE | <ul style="list-style-type: none"> ● LARANJA (1 un / 100G) ● CHÁ DE CAMOMILA 190ML ● BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G | <ul style="list-style-type: none"> ● LARANJA (1 un / 100G) ● CHÁ DE CAMOMILA 190ML ● BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G | <ul style="list-style-type: none"> ● BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G ● CHÁ DE CAMOMILA 190ML ● LARANJA (1 un / 100G) | <ul style="list-style-type: none"> ● CHÁ DE CAMOMILA 190ML ● BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G ● LARANJA (1 un / 100G) | <ul style="list-style-type: none"> ● CHÁ DE CAMOMILA 190ML ● BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G ● LARANJA (1 un / 100G) | <ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G |
| Tabela Nutricional | | | | | | |
| 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"> • ARROZ 100G • LARANJA (1 un / 100G) • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50G | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G |
| Tabela Nutricional | | | | | | |
| 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"> • MAÇÃ (1 un / 100G) • BATATA REFOGADA 100G • ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 50G | <ul style="list-style-type: none"> • MACARRÃO PARAFUSO 100G • LARANJA (1 un / 100G) • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50G | <ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE MARACUJÁ 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G • LARANJA (1 un / 100G) | <ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE UVA 200ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE UVA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G • LARANJA (1 un / 100G) | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G |
| Tabela Nutricional | | | | | | |
| 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"> • ARROZ 100G • LARANJA (1 un / 100G) • ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 50G | <ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE GOIABA 200ML • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G • PÃO FRANCÊS 50G • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50G • MAÇÃ (1 un / 100G) • ARROZ 100G | <ul style="list-style-type: none"> • MACARRÃO PARAFUSO 100G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50G • LARANJA (1 un / 100G) | <ul style="list-style-type: none"> • BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G • VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE SOJA 180ML • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEijÃO DE SOJA 15G |
| Tabela Nutricional | | | | | | |
| 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"> • SUCO POLPA DE LARANJA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G • MAÇÃ (1 un / 100G) | <ul style="list-style-type: none"> • BANANA (1 un / 130G) • ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 50G • ARROZ 100G | <ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ (1 un / 100G) • IOGURTE DE SOJA SABOR MORANGO 180ML • FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G | <ul style="list-style-type: none"> • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • SUCO POLPA DE MAÇÃ 200ML • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G • LARANJA (1 un / 100G) | <ul style="list-style-type: none"> • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50G • MACARRÃO PARAFUSO 100G • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G |
| Tabela Nutricional | | | | | | |
| 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"> ● BATATA REFOGADA 100G ● ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 50G ● LARANJA (1 un / 100G) | <ul style="list-style-type: none"> ● MAÇÃ (1 un / 100G) ● ARROZ 100G ● ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50G | <ul style="list-style-type: none"> ● SUCO POLPA DE UVA 200ML ● PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G ● CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G ● BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> ● ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50G ● LARANJA (1 un / 100G) ● MACARRÃO PARAFUSO 100G | <ul style="list-style-type: none"> ● SUCO POLPA DE UVA 200ML ● MAÇÃ (1 un / 100G) ● BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G | <ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G |
| 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"> • MACARRÃO PARAFUSO 100G • MAÇÃ (1 un / 100G) • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50G | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G |
| 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"> • SUCO POLPA DE UVA 200ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE UVA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G • LARANJA (1 un / 100G) | <ul style="list-style-type: none"> • BATATA REFOGADA 100G • ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 50G • MAÇÃ (1 un / 100G) | <ul style="list-style-type: none"> • MACARRÃO PARAFUSO 100G • LARANJA (1 un / 100G) • CARNE MOÍDA REFOGADA 60G | <ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE MARACUJÁ 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G |
| Tabela Nutricional | | | | | | |
| 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"> • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50G • MAÇÃ (1 un / 100G) • ARROZ 100G | <ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ (1 un / 100G) • BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G • VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE SOJA 180ML | <ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE GOIABA 200ML • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • MACARRÃO PARAFUSO 100G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50G • LARANJA (1 un / 100G) | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 100G • LARANJA (1 un / 100G) • ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 50G | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G |
| Tabela Nutricional | | | | | | |
| 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"> • MAÇÃ (1 un / 100G) • MACARRÃO PARAFUSO 100G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50G | <ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE MAÇÃ 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G <ul style="list-style-type: none"> • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G • LARANJA (1 un / 100G) | <ul style="list-style-type: none"> • IOGURTE DE SOJA SABOR MORANGO 180ML • FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G <ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ (1 un / 100G) | <ul style="list-style-type: none"> • ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 50G • BANANA (1 un / 130G) • ARROZ 100G | <ul style="list-style-type: none"> • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G <ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE LARANJA 200ML • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G • MAÇÃ (1 un / 100G) | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G <ul style="list-style-type: none"> • REQUEijÃO DE SOJA 15G |
| 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"> • SUCO POLPA DE UVA 200ML • BANANA (1 un / 130G) • BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G | <ul style="list-style-type: none"> • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50G • BANANA (1 un / 130G) • MACARRÃO PARAFUSO 100G | <ul style="list-style-type: none"> • LARANJA (1 un / 100G) • BATATA REFOGADA 100G • ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 50G | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 100G • MAÇÃ (1 un / 100G) • CARNE MOÍDA REFOGADA 60G | <ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE UVA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50G • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G |
| 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"> • SUCO POLPA DE UVA 200ML • MAÇÃ (1 un / 100G) • BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G |
| 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"> • SUCO POLPA DE UVA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • BANANA (1 un / 130G) • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G • LARANJA (1 un / 100G) | <ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE UVA 200ML • MAÇÃ (1 un / 100G) • BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G | <ul style="list-style-type: none"> • MACARRÃO PARAFUSO 100G • LARANJA (1 un / 100G) • CARNE MOÍDA REFOGADA 60G | <ul style="list-style-type: none"> • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • SUCO POLPA DE MARACUJÁ 200ML • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • BANANA (1 un / 130G) • BATATA REFOGADA 100G • ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 50G | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G |
| Tabela Nutricional | | | | | | |
| 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"> • ARROZ 100G • LARANJA (1 un / 100G) • ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 50G | <ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE GOIABA 200ML • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • MAÇÃ (1 un / 100G) | <ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ (1 un / 100G) • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50G • MACARRÃO PARAFUSO 100G | <ul style="list-style-type: none"> • BANANA (1 un / 130G) • VITAMINA DE GOIABA 180ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G | <ul style="list-style-type: none"> • LARANJA (1 un / 100G) • MACARRÃO PARAFUSO 100G • CARNE MOÍDA REFOGADA 60G | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEijÃO DE SOJA 15G |
| 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"> • SUCO POLPA DE MAÇÃ 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ (1 un / 100G) • FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • IOGURTE DE SOJA SABOR MORANGO 180ML | <ul style="list-style-type: none"> • ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 50G • BANANA (1 un / 130G) • ARROZ 100G | <ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE LARANJA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G • MAÇÃ (1 un / 100G) | <ul style="list-style-type: none"> • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50G • BANANA (1 un / 130G) • MACARRÃO PARAFUSO 100G | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G |
| 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"> • ARROZ 100G • MAÇÃ (1 un / 100G) • CARNE MOÍDA REFOGADA 60G | <ul style="list-style-type: none"> • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50G • BANANA (1 un / 130G) • MACARRÃO PARAFUSO 100G | <ul style="list-style-type: none"> • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • SUCO POLPA DE UVA 200ML • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G • MAÇÃ (1 un / 100G) | <ul style="list-style-type: none"> • BATATA REFOGADA 100G • ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 50G • LARANJA (1 un / 100G) | <ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE UVA 200ML • MAÇÃ (1 un / 100G) • BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G |
| 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 | | | | | |