

### Observações

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

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 28/07	Terça-Feira, 29/07	Quarta-Feira, 30/07	Quinta-Feira, 31/07	Sexta-Feira, 01/08	Sábado, 02/08
ALMOÇO					<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• <b>FEIJÃO PRETO 90G</b></li> <li>• FARINHA DE MANDIOCA TORRADA 35G</li> <li>• SALADA DE BETERRABA RALADA 25G</li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> <li>• OMELETE COM CENOURA (SEM CEBOLA E CHEIRO VERDE) 70G</li> </ul>	
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 23,44 Lipídios (g): 27,82 Carboidrato (g): 103,58 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 114,13 Vitamina C (mg): 56,03 Energia (Kcal): 754,30					



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>● BOLINHO DE CARNE DE SOJA ASSADO 90G</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>● FEIJÃO CARIOLA 90G</li> <li>● CARNE MOÍDA DE SOJA REFOGADA 100G</li> <li>• ABÓBORA REFOGADA 58G</li> <li>• SALADA DE REPOLHO COM LIMÃO 40G</li> <li>● LARANJA (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>● FEIJÃO PRETO 90G</li> <li>● BOLINHO DE CARNE DE SOJA ASSADO 90G</li> <li>● FARINHA DE MANDIOCA TORRADA 35G</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>● FEIJÃO CARIOLA 90G</li> <li>● HAMBÚRGUER DE SOJA ASSADO 40G</li> <li>• BETERRABA COZIDA 70G</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>● FEIJÃO PRETO 90G</li> <li>● BOLINHO DE CARNE DE SOJA ASSADO 90G</li> <li>• MACARRÃO PARAFUSO ALHO E ÓLEO 80G</li> <li>● SALADA DE ALFACE 15G</li> <li>● LARANJA (1 un / 100G)</li> </ul>	
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 35,27 Lipídios (g): 10,74 Carboidrato (g): 100,79 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 268,50 Vitamina C (mg): 43,27 Energia (Kcal): 633,96					

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
ALMOÇO	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• FEIJÃO CARIOLA 90G</li> <li>• OMELETE COM TOMATE (SEM CEBOLA E CHEIRO VERDE) 70G <ul style="list-style-type: none"> <li>• BATATA PALHA 25G</li> <li>• SALADA DE CENOURA COZIDA 40G</li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 90G</li> <li>• BOLINHO DE CARNE DE SOJA ASSADO 90G <ul style="list-style-type: none"> <li>• BRÓCOLIS REFOGADO 50G</li> <li>• SALADA DE TOMATE 60G</li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• FEIJÃO CARIOLA 90G</li> <li>• HAMBÚRGUER DE SOJA ASSADO 40G <ul style="list-style-type: none"> <li>• FARINHA DE MANDIOCA TORRADA 35G</li> <li>• SALADA DE TOMATE 60G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 90G</li> <li>• HAMBÚRGUER DE SOJA ASSADO 40G <ul style="list-style-type: none"> <li>• CENOURA REFOGADA 30G</li> <li>• SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 40G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• FEIJÃO CARIOLA 90G</li> <li>• CARNE MOÍDA DE SOJA REFOGADA 100G <ul style="list-style-type: none"> <li>• BATATA SAUTÉ 55G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> <li>• SALADA DE COUVE-FLOR COM LIMÃO 30G</li> </ul> </li> </ul>	

**Tabela Nutricional**

Cálculo Semanal	Proteína (g): 28,12 Lipídios (g): 12,94 Carboidrato (g): 91,56 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 270,91 Vitamina C (mg): 51,37 Energia (Kcal): 586,97
-----------------	--

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>• OMELETE COM CENOURA (SEM CEBOLA E CHEIRO VERDE) 70G</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>• <b>FEIJÃO CARIOCA 90G</b></li> <li>• <b>BOLINHO DE CARNE DE SOJA ASSADO 90G</b></li> <li>• FARINHA DE MANDIOCA TORRADA 35G</li> <li>• SALADA DE PEPINO 40G</li> <li>• <b>BANANA (1 un / 130G)</b></li> <li>• ARROZ 110G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 90G</li> <li>• BATATA SAUTÉ 55G</li> <li>• <b>BOLINHO DE CARNE DE SOJA ASSADO 90G</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 CARIOCA 90G</b></li> <li>• <b>BATATA REFOGADA 50G</b></li> <li>• SALADA DE BETERRABA RALADA 25G</li> <li>• <b>LARANJA (1 un / 100G)</b></li> <li>• <b>OMELETE COM TOMATE (SEM CEBOLA E CHEIRO VERDE) 70G</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• <b>FEIJÃO PRETO 90G</b></li> <li>• <b>HAMBÚRGUER DE SOJA ASSADO 40G</b></li> <li>• <b>ABOBRENA REFOGADA 35G</b></li> <li>• SALADA DE CENOURA RALADA COM LIMÃO 25G</li> <li>• <b>LARANJA (1 un / 100G)</b></li> </ul>	
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 29,39 Lipídios (g): 11,68 Carboidrato (g): 91,45 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 136,21 Vitamina C (mg): 67,01 Energia (Kcal): 581,90					



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>• FEIJÃO CARIOLA 90G</li> <li>• HAMBÚRGUER DE SOJA ASSADO 40G</li> <li>• FARINHA DE MANDIOCA TORRADA 35G</li> <li>• SALADA DE CENOURA COZIDA 40G</li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 90G</li> <li>• CARNE MOÍDA DE SOJA REFOGADA 100G</li> <li>• BATATA REFOGADA 50G</li> <li>• SALADA DE TOMATE 60G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• FEIJÃO CARIOLA 90G</li> <li>• BOLINHO DE CARNE DE SOJA ASSADO 90G</li> <li>• MACARRÃO PARAFUSO ALHO E ÓLEO 80G</li> <li>• SALADA DE REPOLHO 40G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 90G</li> <li>• AIPIM SAUTÉ 85G</li> <li>• SALADA DE ALFACE 15G</li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> <li>• OMELETE COM TOMATE (SEM CEBOLA E CHEIRO VERDE) 70G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• FEIJÃO CARIOLA 90G</li> <li>• HAMBÚRGUER DE SOJA ASSADO 40G</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): 28,64 Lipídios (g): 13,25 Carboidrato (g): 107,04 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 134,76 Vitamina C (mg): 51,88 Energia (Kcal): 654,31					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 30,02 Lipídios (g): 12,90 Carboidrato (g): 97,99 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 198,38 Vitamina C (mg): 53,51 Energia (Kcal): 620,95					

### Observações

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

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 28/07	Terça-Feira, 29/07	Quarta-Feira, 30/07	Quinta-Feira, 31/07	Sexta-Feira, 01/08	Sábado, 02/08
INTEGRAL MANHÃ					<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM AROMA DE COCO 190ML</li> <li>• <b>PÃO FRANCÊS 50G</b></li> <li>• REQUEIJÃO CREMOSO 15G</li> <li>• <b>MAÇÃ (1 un / 100G)</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• <b>PÃO FRANCÊS 50G</b></li> <li>• REQUEIJÃO CREMOSO 15G</li> </ul>
INTEGRAL TARDE					<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM AROMA DE COCO 190ML</li> <li>• <b>PÃO FRANCÊS 50G</b></li> <li>• REQUEIJÃO CREMOSO 15G</li> <li>• <b>MAÇÃ (1 un / 100G)</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• <b>PÃO FRANCÊS 50G</b></li> <li>• REQUEIJÃO CREMOSO 15G</li> </ul>
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 23,17 Lipídios (g): 22,32 Carboidrato (g): 115,20 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 224,23 Vitamina C (mg): 2,41 Energia (Kcal): 748,55					



Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 04/08	Terça-Feira, 05/08	Quarta-Feira, 06/08	Quinta-Feira, 07/08	Sexta-Feira, 08/08	Sábado, 09/08
INTEGRAL MANHÃ	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM AROMA DE COCO 190ML</li> <li>• PÃO DE LEITE FATIADO 50G</li> <li>• QUEIJO (1 un / 20G)</li> <li>• <b>BANANA (1 un / 130G)</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• VITAMINA DE BANANA 180ML</li> <li>• BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)</li> <li>• <b>MAÇÃ (1 un / 100G)</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• CHÁ DE CAMOMILA 190ML</li> <li>• <b>PÃO FRANCÊS 50G</b></li> <li>• REQUEIJÃO CREMOSO 15G</li> <li>• <b>BANANA (1 un / 130G)</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MANTEIGA 10G</li> <li>• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• <b>PÃO FRANCÊS 50G</b></li> <li>• <b>BANANA (1 un / 130G)</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• IOGURTE DE MORANGO 180G</li> <li>• FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 50G</li> <li>• <b>MAÇÃ (1 un / 100G)</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• <b>PÃO FRANCÊS 50G</b></li> <li>• REQUEIJÃO CREMOSO 15G</li> </ul>
INTEGRAL TARDE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM AROMA DE COCO 190ML</li> <li>• PÃO DE LEITE FATIADO 50G</li> <li>• QUEIJO (1 un / 20G)</li> <li>• <b>BANANA (1 un / 130G)</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• VITAMINA DE BANANA 180ML</li> <li>• BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)</li> <li>• <b>MAÇÃ (1 un / 100G)</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• CHÁ DE CAMOMILA 190ML</li> <li>• <b>PÃO FRANCÊS 50G</b></li> <li>• REQUEIJÃO CREMOSO 15G</li> <li>• <b>BANANA (1 un / 130G)</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• <b>PÃO FRANCÊS 50G</b></li> <li>• MANTEIGA 10G</li> <li>• <b>BANANA (1 un / 130G)</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• IOGURTE DE MORANGO 180G</li> <li>• FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 50G</li> <li>• <b>MAÇÃ (1 un / 100G)</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• <b>PÃO FRANCÊS 50G</b></li> <li>• REQUEIJÃO CREMOSO 15G</li> </ul>
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 23,39 Lipídios (g): 21,75 Carboidrato (g): 154,50 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 204,81 Vitamina C (mg): 12,11 Energia (Kcal): 885,15					



Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 11/08	Terça-Feira, 12/08	Quarta-Feira, 13/08	Quinta-Feira, 14/08	Sexta-Feira, 15/08	Sábado, 16/08
INTEGRAL MANHÃ	<ul style="list-style-type: none"> <li>• REQUEIJÃO CREMOSO 15G</li> <li>• LEITE COM AROMA DE BAUNILHA 190ML</li> <li>• PÃO DE LEITE FATIADO 50G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS 50G <ul style="list-style-type: none"> <li>• MANTEIGA 10G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM AROMA DE COCO 190ML</li> <li>• BISCOITO DE LEITE 50G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• CHÁ DE CAPIM LIMÃO 190ML</li> <li>• PÃO DE LEITE (1 un / 50G) <ul style="list-style-type: none"> <li>• QUEIJO (1 un / 20G)</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO DE LEITE (1 un / 50G)</li> <li>• REQUEIJÃO CREMOSO 15G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS 50G</li> <li>• REQUEIJÃO CREMOSO 15G</li> </ul>
INTEGRAL TARDE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM AROMA DE BAUNILHA 190ML</li> <li>• PÃO DE LEITE FATIADO 50G</li> <li>• REQUEIJÃO CREMOSO 15G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS 50G <ul style="list-style-type: none"> <li>• MANTEIGA 10G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM AROMA DE COCO 190ML</li> <li>• BISCOITO DE LEITE 50G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• CHÁ DE CAPIM LIMÃO 190ML</li> <li>• PÃO DE LEITE (1 un / 50G) <ul style="list-style-type: none"> <li>• QUEIJO (1 un / 20G)</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO DE LEITE (1 un / 50G)</li> <li>• REQUEIJÃO CREMOSO 15G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS 50G</li> <li>• REQUEIJÃO CREMOSO 15G</li> </ul>
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 22,22 Lipídios (g): 23,67 Carboidrato (g): 131,07 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 211,11 Vitamina C (mg): 7,49 Energia (Kcal): 808,08					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 18/08	Terça-Feira, 19/08	Quarta-Feira, 20/08	Quinta-Feira, 21/08	Sexta-Feira, 22/08	Sábado, 23/08
INTEGRAL MANHÃ	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• <b>PÃO DE LEITE (1 un / 50G)</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• QUEIJO (1 un / 20G)</li> </ul> </li> <li>• <b>BANANA (1 un / 130G)</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM AROMA DE COCO 190ML</li> <li>• <b>BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• CHÁ DE CAMOMILA 190ML</li> <li>• PÃO DE LEITE (1 un / 50G)</li> <li>• REQUEIJÃO CREMOSO 15G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• <b>PÃO DE LEITE FATIADO 50G</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• MANTEIGA 10G</li> </ul> </li> <li>• <b>MAÇÃ (1 un / 100G)</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>VITAMINA DE MORANGO 180ML</b></li> <li>• BISCOITO DE MAISENA 50G</li> <li>• <b>BANANA (1 un / 130G)</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• <b>PÃO FRANCÊS 50G</b></li> <li>• REQUEIJÃO CREMOSO 15G</li> </ul>
INTEGRAL TARDE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• <b>PÃO DE LEITE (1 un / 50G)</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• QUEIJO (1 un / 20G)</li> </ul> </li> <li>• <b>BANANA (1 un / 130G)</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM AROMA DE COCO 190ML</li> <li>• <b>BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• CHÁ DE CAMOMILA 190ML</li> <li>• PÃO DE LEITE (1 un / 50G)</li> <li>• REQUEIJÃO CREMOSO 15G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• <b>PÃO DE LEITE FATIADO 50G</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• MANTEIGA 10G</li> </ul> </li> <li>• <b>MAÇÃ (1 un / 100G)</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>VITAMINA DE MORANGO 180ML</b></li> <li>• BISCOITO DE MAISENA 50G</li> <li>• <b>BANANA (1 un / 130G)</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• <b>PÃO FRANCÊS 50G</b></li> <li>• REQUEIJÃO CREMOSO 15G</li> </ul>
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 25,08 Lipídios (g): 26,53 Carboidrato (g): 141,66 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 239,20 Vitamina C (mg): 9,46 Energia (Kcal): 884,80					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 25/08	Terça-Feira, 26/08	Quarta-Feira, 27/08	Quinta-Feira, 28/08	Sexta-Feira, 29/08	Sábado, 30/08
INTEGRAL MANHÃ	<ul style="list-style-type: none"> <li>• REQUEIJÃO CREMOSO 15G</li> <li>• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• <b>PÃO DE LEITE (1 un / 50G)</b></li> <li>• <b>MAÇÃ (1 un / 100G)</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>VITAMINA DE MORANGO 180ML</b></li> <li>• <b>PÃO FRANCÊS 50G</b></li> <li>• MANTEIGA 10G</li> <li>• <b>BANANA (1 un / 130G)</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• QUEIJO (1 un / 20G)</li> <li>• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• <b>PÃO DE LEITE (1 un / 50G)</b></li> <li>• <b>MAÇÃ (1 un / 100G)</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM AROMA DE BAUNILHA 190ML</li> <li>• <b>BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• CHÁ DE CAMOMILA 190ML</li> <li>• BISCOITO DE POLVILHO SALGADO 50G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• <b>PÃO FRANCÊS 50G</b></li> <li>• REQUEIJÃO CREMOSO 15G</li> </ul>
INTEGRAL TARDE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• <b>PÃO DE LEITE (1 un / 50G)</b></li> <li>• REQUEIJÃO CREMOSO 15G</li> <li>• <b>MAÇÃ (1 un / 100G)</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>VITAMINA DE MORANGO 180ML</b></li> <li>• <b>PÃO FRANCÊS 50G</b></li> <li>• MANTEIGA 10G</li> <li>• <b>BANANA (1 un / 130G)</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• <b>PÃO DE LEITE (1 un / 50G)</b></li> <li>• QUEIJO (1 un / 20G)</li> <li>• <b>MAÇÃ (1 un / 100G)</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM AROMA DE BAUNILHA 190ML</li> <li>• <b>BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• CHÁ DE CAMOMILA 190ML</li> <li>• BISCOITO DE POLVILHO SALGADO 50G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• <b>PÃO FRANCÊS 50G</b></li> <li>• REQUEIJÃO CREMOSO 15G</li> </ul>
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 24,20 Lipídios (g): 29,65 Carboidrato (g): 131,00 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 6498,96 Vitamina C (mg): 6,69 Energia (Kcal): 870,26					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 23,68 Lipídios (g): 25,16 Carboidrato (g): 137,68 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 1668,19 Vitamina C (mg): 8,43 Energia (Kcal): 853,34					

### Observações

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

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 28/07	Terça-Feira, 29/07	Quarta-Feira, 30/07	Quinta-Feira, 31/07	Sexta-Feira, 01/08	Sábado, 02/08
REGULAR TARDE					<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>MACARRÃO PARAFUSO 100G</b></li> <li>• <b>MAÇÃ (1 un / 100G)</b></li> <li>• <b>CARNE MOÍDA DE SOJA REFOGADA COM TOMATE 60G</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• <b>PÃO FRANCÊS 50G</b></li> <li>• REQUEIJÃO CREMOSO 15G</li> </ul>
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 17,12 Lipídios (g): 6,85 Carboidrato (g): 62,52 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 58,14 Vitamina C (mg): 1,85 Energia (Kcal): 378,05					

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>• BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE UVA 200ML</li> <li>• PÃO DE LEITE (1 un / 50G)</li> <li>• CARNE MOÍDA DE SOJA REFOGADA COM TOMATE 60G</li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• BATATA REFOGADA 100G</li> <li>• CARNE MOÍDA DE SOJA E CENOURA REFOGADA 60G</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>• BOLINHO DE CARNE DE SOJA AO SUGO 70G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE MARACUJÁ 200ML</li> <li>• PÃO DE LEITE (1 un / 50G)</li> <li>• HAMBÚRGUER DE SOJA ASSADO 40G</li> <li>• QUEIJO (1 un / 20G)</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS 50G</li> <li>• REQUEIJÃO CREMOSO 15G</li> </ul>
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 16,85 Lipídios (g): 7,49 Carboidrato (g): 69,79 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 63,63 Vitamina C (mg): 31,01 Energia (Kcal): 404,55					

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>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> <li>• BOLINHO DE CARNE DE SOJA AO SUGO 70G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• VITAMINA DE GOIABA 180ML</li> <li>• BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE GOIABA 200ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS 50G</li> <li>• CARNE MOÍDA DE SOJA REFOGADA 50G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> <li>• MACARRÃO PARAFUSO 100G</li> <li>• CARNE MOÍDA DE SOJA REFOGADA 50G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• BOLINHO DE CARNE DE SOJA AO SUGO 70G</li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> <li>• ARROZ 100G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS 50G</li> <li>• REQUEIJÃO CREMOSO 15G</li> </ul>
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 17,13 Lipídios (g): 6,63 Carboidrato (g): 71,64 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 48,39 Vitamina C (mg): 22,28 Energia (Kcal): 406,53					

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>• CARNE MOÍDA DE SOJA REFOGADA 50G</li> <li>• MACARRÃO PARAFUSO 100G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE MAÇÃ 200ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS 50G</li> <li>• HAMBÚRGUER DE SOJA ASSADO 40G</li> <li>• QUEIJO (1 un / 20G)</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• IOGURTE DE MORANGO 180G</li> <li>• FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 50G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• BATATA REFOGADA 100G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> <li>• BOLINHO DE CARNE DE SOJA AO SUGO 70G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• PÃO FRANCÊS 50G</li> <li>• SUCO POLPA DE LARANJA 200ML</li> <li>• CARNE MOÍDA DE SOJA REFOGADA COM TOMATE 60G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS 50G</li> <li>• REQUEIJÃO CREMOSO 15G</li> </ul>

Tabela Nutricional

Cálculo Semanal

Proteína (g): 16,49 Lipídios (g): 5,93 Carboidrato (g): 72,13 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 35,11 Vitamina C (mg): 13,07 Energia (Kcal): 399,47

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 25/08	Terça-Feira, 26/08	Quarta-Feira, 27/08	Quinta-Feira, 28/08	Sexta-Feira, 29/08	Sábado, 30/08
REGULAR TARDE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE UVA 200ML</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> <li>• BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MACARRÃO PARAFUSO 100G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> <li>• BOLINHO DE CARNE DE SOJA AO SUGO 70G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• BATATA REFOGADA 100G</li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> <li>• CARNE MOÍDA DE SOJA REFOGADA COM TOMATE 50G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> <li>• ARROZ 100G</li> <li>• CARNE MOÍDA DE SOJA REFOGADA COM TOMATE 60G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE UVA 200ML</li> <li>• PÃO DE LEITE (1 un / 50G)</li> <li>• HAMBÚRGUER DE SOJA ASSADO 40G</li> <li>• QUEIJO (1 un / 20G)</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS 50G</li> <li>• REQUEIJÃO CREMOSO 15G</li> </ul>

**Tabela Nutricional**

Cálculo Semanal	Proteína (g): 15,99 Lipídios (g): 7,15 Carboidrato (g): 68,83 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 38,27 Vitamina C (mg): 21,00 Energia (Kcal): 394,74
Cálculo Mensal	Proteína (g): 16,65 Lipídios (g): 6,80 Carboidrato (g): 69,98 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 47,26 Vitamina C (mg): 20,30 Energia (Kcal): 399,53