

Observações						
Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 30/03	Terça-Feira, 31/03	Quarta-Feira, 01/04	Quinta-Feira, 02/04	Sexta-Feira, 03/04	Sábado, 04/04
ALMOÇO			<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • ISCAS DE FRANGO AO SUGO 90G • BATATA PALHA 25G • SALADA DE TOMATE 60G • MAÇÃ (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • CARNE DE PANELA COM MANJERICÃO 100G • FAROFA DE REPOLHO 30G • SALADA DE ALFACE COM CENOURA 30G • GOIABA (1 un / 80G) 	FERIADO - SEXTA-FEIRA SANTA	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 37,35 Lipídios (g): 13,15 Carboidrato (g): 87,36 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 147,52 Vitamina C (mg): 64,33 Energia (Kcal): 614,95					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 06/04	Terça-Feira, 07/04	Quarta-Feira, 08/04	Quinta-Feira, 09/04	Sexta-Feira, 10/04	Sábado, 11/04
ALMOÇO	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • PICADINHO DE CARNE COM CENOURA E CHAMPIGNON 100G • ABOBRINHA REFOGADA 35G • SALADA DE CENOURA RALADA COM LIMÃO 25G • ABACAXI 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • ISCAS DE FRANGO AO SUGO 90G • VAGEM REFOGADA 40G • SALADA DE REPOLHO AO VINAGRETE 40G • SALADA DE FRUTAS SEM ABACAXI 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 80G • POLENTA CREMOSA 60G • SALADA DE PEPINO 40G • MAÇÃ (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • BARREADO (DIETA) 90G • FAROFA DE COUVE 30G • SALADA DE ALFACE COM TOMATE 25G • MELANCIA 150G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • ALMÔNDEGAS DE FRANGO ASSADAS AO SUGO 100G • PURÊ DE BATATA SEM LEITE 40G • CAQUI (1 un / 120G) • SALADA DE BETERRABA COM LIMÃO 50G 	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 35,30 Lipídios (g): 10,91 Carboidrato (g): 90,10 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 185,71 Vitamina C (mg): 49,40 Energia (Kcal): 594,23					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 13/04	Terça-Feira, 14/04	Quarta-Feira, 15/04	Quinta-Feira, 16/04	Sexta-Feira, 17/04	Sábado, 18/04
ALMOÇO	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 80G • BATATA PALHA 25G • ABACAXI 100G • SALADA DE ALFACE 15G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • ISCAS DE FRANGO AO SUGO 90G • MACARRÃO PARAFUSO ALHO E ÓLEO 80G • SALADA DE CHUCHU COM CENOURA 30G • SAGU DE UVA 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • POSTA ASSADA AO MOLHO 100G • FAROFA DE COUVE 30G • SALADA DE PEPINO COM TOMATE 45G • SALADA DE FRUTAS SEM ABACAXI 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • PEITO DE FRANGO GRELHADO (1 un / 80G) • BATATA, CENOURA E CHUCHU REFOGADOS 40G • SALADA DE ACELGA COM LIMÃO 30G • MELANCIA 150G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 80G • QUIRERA 70G • MAÇÃ (1 un / 100G) • SALADA DE REPOLHO ROXO 40G 	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 40,95 Lipídios (g): 14,90 Carboidrato (g): 96,15 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 156,11 Vitamina C (mg): 50,74 Energia (Kcal): 680,17					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 20/04	Terça-Feira, 21/04	Quarta-Feira, 22/04	Quinta-Feira, 23/04	Sexta-Feira, 24/04	Sábado, 25/04
ALMOÇO	RECESSO - TIRADENTES	FERIADO - TIRADENTES	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • PEITO DE FRANGO À MILANESA (1 un / 100G) • PURÊ DE BATATA SEM LEITE 40G • SALADA DE TOMATE 60G • MELANCIA 150G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • PICADINHO DE CARNE 80G • FAROFA DE ESPINAFRE 30G • SALADA DE REPOLHO 40G • CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 80G • BATATA REFOGADA 50G • SALADA DE PEPINO 40G • SALADA DE FRUTAS SEM ABACAXI 100G 	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 39,63 Lipídios (g): 13,65 Carboidrato (g): 100,23 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 67,10 Vitamina C (mg): 52,67 Energia (Kcal): 677,38					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 27/04	Terça-Feira, 28/04	Quarta-Feira, 29/04	Quinta-Feira, 30/04	Sexta-Feira, 01/05	Sábado, 02/05
ALMOÇO	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • ALMÔNDEGAS DE CARNE ASSADAS AO SUGO 100G • POLENTA CREMOSA 60G • SALADA DE CENOURA RALADA COM LIMÃO 25G • SALADA DE FRUTAS SEM ABACAXI 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • PEITO DE FRANGO GRELHADO (1 un / 80G) • ABOBRINHA REFOGADA 35G • CAQUI (1 un / 120G) • SALADA DE ALFACE 15G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • QUIBE ASSADO SEM MOLHO 100G • VAGEM REFOGADA 40G • SALADA DE TOMATE 60G • MELANCIA 150G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • ISCAS DE FRANGO AO SUGO 90G • BATATA ASSADA COM ALEGRIM 50G • MAÇÃ (1 un / 100G) • SALADA DE BETERRABA COZIDA 30G 		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 37,90 Lipídios (g): 15,12 Carboidrato (g): 85,19 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 133,62 Vitamina C (mg): 35,28 Energia (Kcal): 620,27					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 38,24 Lipídios (g): 13,51 Carboidrato (g): 91,97 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 144,21 Vitamina C (mg): 48,86 Energia (Kcal): 637,64					