

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 INTEGRAL 80G ● FEIJÃO PRETO 90G ● POSTA ASSADA AO MOLHO 100G ● FAROFA DE REPOLHO 30G ● SALADA DE TOMATE 60G ● LARANJA (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● ARROZ INTEGRAL 80G ● FEIJÃO CARIOCA 90G ● PEITO DE FRANGO À MILANESA (1 un / 100G) ● CENOURA REFOGADA 30G ● SALADA DE ALFACE 15G ● SALADA DE FRUTAS SEM BANANA 100G 	FERIADO - SEXTA-FEIRA SANTA	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 39,29 Lipídios (g): 15,57 Carboidrato (g): 79,81 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 298,19 Vitamina C (mg): 72,14 Energia (Kcal): 611,93					

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 INTEGRAL 80G • FEIJÃO PRETO 90G • FRANGO ASSADO 110G • POLENTA CREMOSA 60G • SALADA DE PEPINO COM TOMATE 45G • LARANJA (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ INTEGRAL 80G • FEIJÃO CARIOCA 90G • BARREADO 90G • FAROFA DE COUVE 30G • SALADA DE ALFACE 15G • MELANCIA 150G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ INTEGRAL 80G • FEIJÃO PRETO 90G • ALMÔNDEGAS DE FRANGO ASSADAS AO SUGO 100G • ABOBRINHA REFOGADA 35G • SALADA DE BETERRABA RALADA 25G • CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ INTEGRAL 80G • FEIJÃO CARIOCA 90G • PICADINHO DE CARNE COM CENOURA E CHAMPIGNON 100G • VAGEM REFOGADA 40G • SALADA DE REPOLHO AO VINAGRETE 40G • ABACAXI 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ INTEGRAL 80G • FEIJÃO PRETO 90G • PEITO DE FRANGO À MILANESA (1 un / 100G) • ABOBRINHA REFOGADA 35G • SALADA DE CENOURA RALADA COM LIMÃO 25G • SALADA DE FRUTAS SEM BANANA 100G 	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 34,93 Lipídios (g): 17,91 Carboidrato (g): 77,83 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 182,79 Vitamina C (mg): 60,29 Energia (Kcal): 604,27					

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 INTEGRAL 80G ● FEIJÃO CARIOCA 90G <ul style="list-style-type: none"> ● ISCAS DE CARNE REFOGADAS 80G ● QUIRERA 70G ● SALADA DE ALFACE 15G ● LARANJA (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● ARROZ INTEGRAL 80G <ul style="list-style-type: none"> ● FEIJÃO PRETO 90G ● BIFE ACEBOLADO (1 un / 100G) ● FAROFA DE COUVE 30G <ul style="list-style-type: none"> ● SALADA DE PEPINO COM TOMATE 45G ● SALADA DE FRUTAS SEM BANANA 100G 	<ul style="list-style-type: none"> ● ARROZ INTEGRAL 80G ● FEIJÃO CARIOCA 90G ● ISCAS DE FRANGO AO SUGO 90G ● MACARRÃO PARAFUSO INTEGRAL ALHO E ÓLEO 80G <ul style="list-style-type: none"> ● SALADA DE CHUCHU COM CENOURA 30G ● ABACAXI 100G 	<ul style="list-style-type: none"> ● ARROZ INTEGRAL 80G <ul style="list-style-type: none"> ● FEIJÃO PRETO 90G ● STROGONOFF DE CARNE 90G ● BATATA PALHA 25G ● SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 40G ● CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● ARROZ INTEGRAL 80G ● FEIJÃO CARIOCA 90G ● PEITO DE FRANGO GRELHADO (1 un / 80G) ● BATATA, CENOURA E CHUCHU REFOGADOS 40G ● SALADA DE ACELGA COM LIMÃO 30G ● MELANCIA 150G 	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 38,28 Lipídios (g): 15,71 Carboidrato (g): 84,35 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 155,39 Vitamina C (mg): 72,92 Energia (Kcal): 622,25					

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 INTEGRAL 80G ● FEIJÃO PRETO 90G ● PICADINHO DE CARNE 80G ● FAROFA DE ESPINAFRE 30G ● SALADA DE PEPINO 40G ● LARANJA (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● ARROZ INTEGRAL 80G ● FEIJÃO CARIOCA 90G ● STROGONOFF DE CARNE 90G ● BATATA PALHA 25G ● SALADA DE REPOLHO 40G ● CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● ARROZ INTEGRAL 80G ● FEIJÃO PRETO 90G ● PEITO DE FRANGO À MILANESA (1 un / 100G) ● ABOBRINHA REFOGADA 35G ● SALADA DE TOMATE 60G ● MELANCIA 150G 	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 35,86 Lipídios (g): 17,19 Carboidrato (g): 84,54 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 42,78 Vitamina C (mg): 57,71 Energia (Kcal): 628,00					

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 INTEGRAL 80G • FEIJÃO CARIOCA 90G • QUIBE ASSADO SEM MOLHO 100G • VAGEM REFOGADA 40G • SALADA DE PEPINO 40G • LARANJA (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ INTEGRAL 80G • FEIJÃO PRETO 90G • FRICASSÉ DE FRANGO 90G • BATATA ASSADA COM ALEGRI 50G • SALADA DE ALFACE 15G • ABACAXI 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ INTEGRAL 80G • FEIJÃO CARIOCA 90G • PEITO DE FRANGO GRELHADO (1 un / 80G) • ABOBRINHA REFOGADA 35G • SALADA DE BETERRABA RALADA 25G • CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ INTEGRAL 80G • FEIJÃO PRETO 90G • ALMÔNDEGAS DE CARNE ASSADAS AO SUGO 100G • POLENTA CREMOSA 60G • SALADA DE CENOURA RALADA COM LIMÃO 25G • SALADA DE FRUTAS SEM BANANA 100G 		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 35,94 Lipídios (g): 16,87 Carboidrato (g): 74,93 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 128,75 Vitamina C (mg): 70,32 Energia (Kcal): 583,23					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 36,63 Lipídios (g): 16,75 Carboidrato (g): 80,20 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 154,24 Vitamina C (mg): 66,56 Energia (Kcal): 609,12					