

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, 01/12	Terça-Feira, 02/12	Quarta-Feira, 03/12	Quinta-Feira, 04/12	Sexta-Feira, 05/12	Sábado, 06/12
REGULAR TARDE	• ARROZ 100G • MAÇÃ (1 un / 100G) • CARNE MOÍDA REFOGADA COM TOMATE 60G	• SUCO POLPA DE LARANJA 200ML • PÃO FRANCÊS 50G • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• IOGURTE DE MORANGO 180G • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 50G • BANANA (1 un / 130G)	• MOLHO DE CARNE 50G • BANANA (1 un / 130G) • MACARRÃO PARAFUSO AO SUGO 100G	• SUCO POLPA DE UVA 200ML • PÃO DE LEITE (1 un / 50G) • MAÇÃ (1 un / 100G) • CARNE MOÍDA REFOGADA COM TOMATE 60G	• SUCO POLPA DE ABACAXI 200ML • BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 15,86 Lipídios (g): 5,90 Carboidrato (g): 71,06 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 35,69 Vitamina C (mg): 5,94 Energia (Kcal): 394,08					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 08/12	Terça-Feira, 09/12	Quarta-Feira, 10/12	Quinta-Feira, 11/12	Sexta-Feira, 12/12	Sábado, 13/12
REGULAR TARDE	• MACARRÃO PARAFUSO AO SUGO 100G • CARNE MOÍDA REFOGADA COM TOMATE 60G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• SUCO POLPA DE ABACAXI 200ML • PÃO FRANCÊS 50G • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G • LARANJA (1 un / 100G)	• SUCO POLPA DE MANGA 200ML • PÃO DE LEITE (1 un / 50G) • CACHORRO QUENTE (MOLHO 20ML E SALSICHA 50G) (1 un / 70G)	• SUCO POLPA DE UVA 200ML • BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G) • BANANA (1 un / 130G)	• MACARRÃO PARAFUSO 100G • MOLHO DE CARNE 50G • BANANA (1 un / 130G)	• SUCO POLPA DE ABACAXI 200ML • BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 14,91 Lipídios (g): 8,47 Carboidrato (g): 70,00 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 38,98 Vitamina C (mg): 17,79 Energia (Kcal): 408,23					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 15/12	Terça-Feira, 16/12	Quarta-Feira, 17/12	Quinta-Feira, 18/12	Sexta-Feira, 19/12	Sábado, 20/12
REGULAR TARDE	• SUCO POLPA DE UVA 200ML • BANANA (1 un / 130G) • BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)	• SUCO POLPA DE ABACAXI 200ML • PÃO FRANCÊS 50G • CARNE MOÍDA REFOGADA COM TOMATE 60G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• SUCO POLPA DE TANGERINA 200ML • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G • PÃO FRANCÊS 50G • BANANA (1 un / 130G)	• MACARRÃO PARAFUSO AO SUGO 100G • LARANJA (1 un / 100G) • CARNE MOÍDA REFOGADA COM TOMATE 60G	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 18,14 Lipídios (g): 7,35 Carboidrato (g): 77,69 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 46,58 Vitamina C (mg): 19,83 Energia (Kcal): 432,73					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 16,07 Lipídios (g): 7,23 Carboidrato (g): 72,32 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 39,64 Vitamina C (mg): 13,86 Energia (Kcal): 409,05					