

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 MANHÃ	• ARROZ G/NOT 180G • MAÇÃ (1 un / 100G) • CARNE MOÍDA REFOGADA G/NOT 75G	• SUCO POLPA DE MARACUJÁ 200ML • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G • PÃO FRANCÊS G/NOT 75G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• IOGURTE DE MORANGO 180G • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 50G • BANANA (1 un / 130G)	• MACARRÃO PARAFUSO G/NOT 180G • MOLHO DE CARNE E CENOURA G/NOT 120G • BANANA (1 un / 130G)	• SUCO POLPA DE UVA 200ML • PÃO DE LEITE G/NOT (1 un / 75G) • ISCAS DE CARNE E TOMATE 60G • LARANJA (1 un / 100G)	• SUCO POLPA DE ABACAXI 200ML • BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)
REGULAR TARDE	• ARROZ G/NOT 180G • CARNE MOÍDA REFOGADA G/NOT 75G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• SUCO POLPA DE MARACUJÁ 200ML • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G • PÃO FRANCÊS G/NOT 75G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• IOGURTE DE MORANGO 180G • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 50G • BANANA (1 un / 130G)	• MACARRÃO PARAFUSO G/NOT 180G • MOLHO DE CARNE E CENOURA G/NOT 120G • BANANA (1 un / 130G)	• SUCO POLPA DE UVA 200ML • PÃO DE LEITE G/NOT (1 un / 75G) • ISCAS DE CARNE E TOMATE 60G • LARANJA (1 un / 100G)	• SUCO POLPA DE ABACAXI 200ML • BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 42,31 Lipídios (g): 14,39 Carboidrato (g): 171,95 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 129,26 Vitamina C (mg): 32,38 Energia (Kcal): 978,65					

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 MANHÃ	• ARROZ G/NOT 180G • CARNE MOÍDA REFOGADA G/NOT 75G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• MACARRÃO PARAFUSO G/NOT 180G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS G/NOT 70G • BANANA (1 un / 130G)	• SUCO POLPA DE UVA 200ML • BOLO DE CHOCOLATE G/NOT (1 un / 100G) • BANANA (1 un / 130G)	• SUCO POLPA DE MANGA 200ML • PÃO DE LEITE G/NOT (1 un / 75G) • CACHORRO QUENTE (MOLHO 20ML E SALSICHA 50G) G/NOT (1 un / 70G)	• SUCO POLPA DE ACEROLA 200ML • PÃO FRANCÊS G/NOT 75G • CARNE MOÍDA REFOGADA G/NOT 75G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• SUCO POLPA DE ABACAXI 200ML • BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)
REGULAR TARDE	• ARROZ G/NOT 180G • CARNE MOÍDA REFOGADA G/NOT 75G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• MACARRÃO PARAFUSO G/NOT 180G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS G/NOT 70G • BANANA (1 un / 130G)	• SUCO POLPA DE UVA 200ML • BOLO DE CHOCOLATE G/NOT (1 un / 100G) • BANANA (1 un / 130G)	• SUCO POLPA DE MANGA 200ML • PÃO DE LEITE G/NOT (1 un / 75G) • CACHORRO QUENTE (MOLHO 20ML E SALSICHA 50G) G/NOT (1 un / 70G)	• SUCO POLPA DE ACEROLA 200ML • PÃO FRANCÊS G/NOT 75G • CARNE MOÍDA REFOGADA G/NOT 75G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• SUCO POLPA DE ABACAXI 200ML • BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 39,30 Lipídios (g): 22,36 Carboidrato (g): 184,78 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 122,57 Vitamina C (mg): 225,34 Energia (Kcal): 1083,16					

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 MANHÃ	• SUCO POLPA DE ABACAXI 200ML • PÃO FRANCÊS G/NOT 75G • ISCAS DE CARNE E TOMATE 60G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• SUCO POLPA DE UVA 200ML • BOLO DE CHOCOLATE G/NOT (1 un / 100G) • BANANA (1 un / 130G)	• SUCO POLPA DE TANGERINA 200ML • PÃO DE LEITE G/NOT (1 un / 75G) • CARNE MOÍDA REFOGADA G/NOT 75G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• MACARRÃO PARAFUSO G/NOT 180G • CARNE MOÍDA REFOGADA G/NOT 75G • LARANJA (1 un / 100G)	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
REGULAR TARDE	• SUCO POLPA DE ABACAXI 200ML • PÃO FRANCÊS G/NOT 75G • ISCAS DE CARNE E TOMATE 60G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• SUCO POLPA DE UVA 200ML • BOLO DE CHOCOLATE G/NOT (1 un / 100G) • BANANA (1 un / 130G)	• SUCO POLPA DE TANGERINA 200ML • PÃO DE LEITE G/NOT (1 un / 75G) • CARNE MOÍDA REFOGADA G/NOT 75G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• MACARRÃO PARAFUSO G/NOT 180G • CARNE MOÍDA REFOGADA G/NOT 75G • LARANJA (1 un / 100G)	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 44,65 Lipídios (g): 22,02 Carboidrato (g): 202,00 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 64,42 Vitamina C (mg): 36,75 Energia (Kcal): 1154,95					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 41,77 Lipídios (g): 19,28 Carboidrato (g): 184,27 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 110,54 Vitamina C (mg): 105,83 Energia (Kcal): 1061,92					