

| 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                                                                                                                    |
| INTEGRAL MANHÃ                                                                                                                                                                                              | <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> </ul>          | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE MANGA 200ML</li> <li>• <b>PÃO FRANCÊS 50G</b></li> <li>• REQUEIJÃO CREMOSO 15G</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE ACEROLA 200ML</li> <li>• <b>BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)</b></li> <li>• <b>BANANA (1 un / 130G)</b></li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE MORANGO 200ML</li> <li>• <b>PÃO FRANCÊS 50G</b></li> <li>• QUEIJO (1 un / 20G)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM AROMA DE BAUNILHA 190ML</li> <li>• <b>BISCOITO DE LEITE 50G</b></li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE ABACAXI 200ML</li> <li>• <b>BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)</b></li> </ul> |
| INTEGRAL TARDE                                                                                                                                                                                              | <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> </ul>          | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE MANGA 200ML</li> <li>• <b>PÃO FRANCÊS 50G</b></li> <li>• REQUEIJÃO CREMOSO 15G</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE ACEROLA 200ML</li> <li>• <b>BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)</b></li> <li>• <b>BANANA (1 un / 130G)</b></li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE MORANGO 200ML</li> <li>• <b>PÃO FRANCÊS 50G</b></li> <li>• QUEIJO (1 un / 20G)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM AROMA DE BAUNILHA 190ML</li> <li>• <b>BISCOITO DE LEITE 50G</b></li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE ABACAXI 200ML</li> <li>• <b>BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)</b></li> </ul> |
| Tabela Nutricional                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                             |                                                                                                                                  |
| Cálculo Semanal                                                                                                                                                                                             | Proteína (g): 17,77 Lipídios (g): 21,67 Carboidrato (g): 128,00 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 191,32 Vitamina C (mg): 219,81 Energia (Kcal): 764,61 |                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                             |                                                                                                                                  |

| 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                                                                                                                    |
|---------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| INTEGRAL MANHÃ            | <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> </ul>         | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE LARANJA 200ML</li> <li>• <b>PÃO FRANCÊS 50G</b></li> <li>• REQUEIJÃO CREMOSO 15G</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE MAÇÃ 200ML</li> <li>• <b>PÃO FRANCÊS 50G</b></li> <li>• QUEIJO (1 un / 20G)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• IOGURTE DE MORANGO 180G</li> <li>• FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 50G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• VITAMINA DE GOIABA 180ML</li> <li>• BISCOITO DE POLVILHO SALGADO 50G</li> <li>• <b>MAÇÃ (1 un / 100G)</b></li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE ABACAXI 200ML</li> <li>• <b>BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)</b></li> </ul> |
| INTEGRAL TARDE            | <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> </ul>         | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE LARANJA 200ML</li> <li>• <b>PÃO FRANCÊS 50G</b></li> <li>• REQUEIJÃO CREMOSO 15G</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE MAÇÃ 200ML</li> <li>• <b>PÃO FRANCÊS 50G</b></li> <li>• QUEIJO (1 un / 20G)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• IOGURTE DE MORANGO 180G</li> <li>• FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 50G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• VITAMINA DE GOIABA 180ML</li> <li>• BISCOITO DE POLVILHO SALGADO 50G</li> <li>• <b>MAÇÃ (1 un / 100G)</b></li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE ABACAXI 200ML</li> <li>• <b>BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)</b></li> </ul> |
| <b>Tabela Nutricional</b> |                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                    |                                                                                                                                               |                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                               |                                                                                                                                  |
| Cálculo Semanal           | Proteína (g): 17,76 Lipídios (g): 21,22 Carboidrato (g): 126,88 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 6389,67 Vitamina C (mg): 5,08 Energia (Kcal): 758,83 |                                                                                                                                                    |                                                                                                                                               |                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                               |                                                                                                                                  |

| 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   |
|---------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|-----------------|
| INTEGRAL MANHÃ            | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE UVA 200ML</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>• SUCO POLPA DE MARACUJÁ 200ML</li> <li>• <b>PÃO FRANCÊS 50G</b></li> <li>• QUEIJO (1 un / 20G)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE GOIABA 200ML</li> <li>• <b>PÃO FRANCÊS 50G</b></li> <li>• REQUEIJÃO CREMOSO 15G</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• VITAMINA DE MORANGO 180ML</li> <li>• BISCOITO SEQUILHOS 50G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul> | RECESSO ESCOLAR    | RECESSO ESCOLAR |
| INTEGRAL TARDE            | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE UVA 200ML</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>• SUCO POLPA DE MARACUJÁ 200ML</li> <li>• <b>PÃO FRANCÊS 50G</b></li> <li>• QUEIJO (1 un / 20G)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE GOIABA 200ML</li> <li>• <b>PÃO FRANCÊS 50G</b></li> <li>• REQUEIJÃO CREMOSO 15G</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• VITAMINA DE MORANGO 180ML</li> <li>• BISCOITO SEQUILHOS 50G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul> | RECESSO ESCOLAR    | RECESSO ESCOLAR |
| <b>Tabela Nutricional</b> |                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                   |                                                                                                                                               |                    |                 |
| Cálculo Semanal           | Proteína (g): 17,84 Lipídios (g): 19,58 Carboidrato (g): 139,04 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 162,09 Vitamina C (mg): 6,04 Energia (Kcal): 789,67       |                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                   |                                                                                                                                               |                    |                 |
| Cálculo Mensal            | Proteína (g): 17,78 Lipídios (g): 20,98 Carboidrato (g): 130,34 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 2508,39 Vitamina C (mg): 85,85 Energia (Kcal): 768,70     |                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                   |                                                                                                                                               |                    |                 |