

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, 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 CARIOCA 90G • ALMÔNDEGAS DE FRANGO ASSADAS AO SUGO 100G • PURÊ DE AIPIM 65G • SALADA DE TOMATE 60G • LARANJA (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • FRICASSÉ DE FRANGO 90G • BATATA PALHA 25G • SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 40G • LARANJA (1 un / 100G) 	FERIADO - SEXTA-FEIRA SANTA	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 33,95 Lipídios (g): 15,28 Carboidrato (g): 103,94 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 36,54 Vitamina C (mg): 99,59 Energia (Kcal): 684,67					

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 CARIOCA 90G • FRANGO AO MOLHO 110G • POLENTA CREMOSA 60G • SALADA DE ALFACE 15G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • FRANGO AO MOLHO 110G • POLENTA CREMOSA 60G • SALADA DE PEPINO 40G • LARANJA (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • FRANGO AO MOLHO 110G • SALADA DE REPOLHO 40G • LARANJA (1 un / 100G) • ABÓBORA REFOGADA 35G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • ALMÔNDEGAS DE FRANGO ASSADAS AO SUGO 100G • PURÊ DE BATATA 40G • SALADA DE BETERRABA RALADA 25G • MAÇÃ (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • FRANGO AO MOLHO 110G • ABOBRINHA REFOGADA 35G • SALADA DE CENOURA COZIDA 40G • LARANJA (1 un / 100G) 	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 38,48 Lipídios (g): 25,66 Carboidrato (g): 80,25 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 317,70 Vitamina C (mg): 47,51 Energia (Kcal): 706,58					

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 PRETO 90G • FRANGO AO MOLHO 110G • BATATA REFOGADA 50G • SALADA DE PEPINO 40G • LARANJA (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • FRANGO AO MOLHO 110G <ul style="list-style-type: none"> • BATATA PALHA 25G • SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 40G • LARANJA (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • FRANGO AO MOLHO 110G • POLENATA CREMOSA 60G <ul style="list-style-type: none"> • SALADA DE ACELGA COM LIMÃO 30G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • ISCAS DE FRANGO AO SUGO 90G • MACARRÃO PARAFUSO ALHO E ÓLEO 80G • SALADA DE CENOURA RALADA COM LIMÃO 25G • LARANJA (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • ISCAS DE FRANGO AO SUGO 90G • SALADA DE TOMATE 60G • BATATA DOCE ASSADA 40G • MAÇÃ (1 un / 100G) 	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 38,72 Lipídios (g): 23,21 Carboidrato (g): 89,47 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 621,97 Vitamina C (mg): 60,63 Energia (Kcal): 720,39					

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 CARIOCA 90G • FRANGO AO MOLHO 110G • PURÊ DE BATATA 40G • LARANJA (1 un / 100G) • SALADA DE TOMATE 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • FRANGO AO MOLHO 110G • POLENTA CREMOSA 60G • SALADA DE REPOLHO 40G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • FRANGO AO MOLHO 110G • BATATA PALHA 25G • SALADA DE PEPINO 40G • MAÇÃ (1 un / 100G) 	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 40,30 Lipídios (g): 33,97 Carboidrato (g): 90,55 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 45,94 Vitamina C (mg): 53,06 Energia (Kcal): 826,69					

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 PRETO 90G • ALMÔNDegas DE FRANGO ASSADAS AO SUGO 100G • POLENTA CREMOSA 60G • SALADA DE CENOURA RALADA COM LIMÃO 25G • LARANJA (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • ISCAS DE FRANGO AO SUGO 90G • SALADA DE TOMATE 60G • SALADA DE PEPINO 40G • LARANJA (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • FRICASSÉ DE FRANGO 90G • BATATA REFOGADA 50G • SALADA DE ALFACE 15G • LARANJA (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • FRANGO AO MOLHO 110G • ABOBRINHA REFOGADA 35G • SALADA DE BETERRABA COM LIMÃO 50G • MAÇÃ (1 un / 100G) 		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 35,07 Lipídios (g): 13,49 Carboidrato (g): 76,78 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 111,62 Vitamina C (mg): 56,01 Energia (Kcal): 567,00					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 37,64 Lipídios (g): 22,67 Carboidrato (g): 86,06 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 281,88 Vitamina C (mg): 59,11 Energia (Kcal): 697,49					