

| 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 |
| DESJEJUM | | | <ul style="list-style-type: none"> • PÃO DE FORMA 37,5G • MANTEIGA 5G • VITAMINA DE BANANA COM CACAU 150ML | <ul style="list-style-type: none"> • SUCO DE MAÇÃ 150ML • PÃO DE LEITE 37,5G • QUEIJO 20G | FERIADO - SEXTA-FEIRA SANTA | |
| COLAÇÃO | | | <ul style="list-style-type: none"> • PERA (1 un / 150G) | <ul style="list-style-type: none"> • MELÃO 170G | FERIADO - SEXTA-FEIRA SANTA | |
| ALMOÇO | | | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS COM AÇAFRÃO SEM TOMATE 60G • FAROFA DE COUVE 20G • CAQUI (1 un / 180G) • FEIJÃO PRETO 100G • SALADA DE BETERRABA 28G | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 48G • BATATA DOCE COZIDA 35G • SALADA DE REPOLHO 15G • MAMÃO 122G • FEIJÃO CARIOCA 100G | FERIADO - SEXTA-FEIRA SANTA | |
| LANCHE | | | <ul style="list-style-type: none"> • BANANA CATURRA (1 un / 182G) • AVEIA EM FLOCOS FINOS 10G | <ul style="list-style-type: none"> • VITAMINA DE MANGA 150ML • MAÇÃ (1 un / 137G) | FERIADO - SEXTA-FEIRA SANTA | |
| JANTAR | | | <ul style="list-style-type: none"> • SOPA DE BATATAS, BRÓCOLIS, CARNE E MACARRÃO 180G | <ul style="list-style-type: none"> • RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES 180G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G | FERIADO - SEXTA-FEIRA SANTA | |
| Tabela Nutricional | | | | | | |
| Cálculo Semanal | Proteína (g): 67,20 Lipídios (g): 28,18 Carboidrato (g): 236,03 Cálcio (mg): 469,90 Ferro (mg): 6,97 Retinol (mg): 788,76 Vitamina C (mg): 110,81 Energia (Kcal): 1412,39 | | | | | |

| 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 |
|---------------------------|--|---|---|---|---|--|
| DESJEJUM | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE 150ML • PÃO INTEGRAL 37,5G • MANTEIGA 5G | <ul style="list-style-type: none"> • SUCO DE UVA 150ML • PÃO DE FORMA 37,5G • QUEIJO 20G | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE 150ML • BOLO DE CENOURA SEM AÇÚCAR 50G | <ul style="list-style-type: none"> • SUCO DE LARANJA 150ML • PÃO DE LEITE 37,5G • MANTEIGA 5G | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE 150ML • PÃO INTEGRAL 37,5G • QUEIJO 20G | <ul style="list-style-type: none"> • BANANA CATURRA (1 un / 182G) |
| COLAÇÃO | <ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ (1 un / 137G) | <ul style="list-style-type: none"> • PERA (1 un / 150G) | <ul style="list-style-type: none"> • BANANA CATURRA (1 un / 182G) | <ul style="list-style-type: none"> • MELÃO 170G | <ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ (1 un / 137G) | <ul style="list-style-type: none"> • MAMÃO 122G |
| ALMOÇO | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 48G • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65G • SALADA DE BETERRABA 28G • MELÃO 170G • FEIJÃO PRETO 100G | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95G • POLENTA 100G • SALADA DE ALFACE 15G • FEIJÃO CARIOCA 100G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G • MELANCIA 340G | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95G • PURÊ DE BATATA 60G • SALADA DE ABOBRINHA 30G • LARANJA (1 un / 150G) • FEIJÃO PRETO 100G • CARNE MOÍDA SEM TOMATE 60G | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G • BRÓCOLIS COZIDO 50G • MAMÃO 122G • SALADA DE PEPINO 35G | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G • CARNE MOÍDA SEM TOMATE 60G • FAROFA DE BANANA 30G • SALADA DE ALFACE 15G • CAQUI (1 un / 180G) | |
| LANCHE | <ul style="list-style-type: none"> • VITAMINA DE MANGA 150ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G | <ul style="list-style-type: none"> • MAMÃO 122G • AVEIA EM FLOCOS FINOS 10G | <ul style="list-style-type: none"> • SUCO DE MAÇÃ 150ML • QUEIJO 20G • PÃO DE FORMA 37,5G | <ul style="list-style-type: none"> • IOGURTE DE COCO 180ML • BANANA CATURRA (1 un / 182G) | <ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE MAÇÃ COM CANELA SEM AÇÚCAR 190ML • BOLO DE BANANA COM AVEIA SEM AÇÚCAR 60G | |
| JANTAR | <ul style="list-style-type: none"> • PURÊ DE BATATA - JANTAR 120G | <ul style="list-style-type: none"> • SOPA CREME DE BATATA SALSA E CARNE 200G | <ul style="list-style-type: none"> • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS COM AÇAFRÃO SEM TOMATE 60G • PURÊ DE BATATA - JANTAR 120G | <ul style="list-style-type: none"> • SOPA DE FEIJÃO COM MACARRÃO 180G | <ul style="list-style-type: none"> • RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES 180G | |
| Tabela Nutricional | | | | | | |
| Cálculo Semanal | Proteína (g): 52,14 Lipídios (g): 20,98 Carboidrato (g): 186,89 Cálcio (mg): 419,34 Ferro (mg): 6,54 Retinol (mg): 415,88 Vitamina C (mg): 143,69 Energia (Kcal): 1106,58 | | | | | |

| 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 |
|---------------------------|--|---|--|---|--|--|
| DESJEJUM | <ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR 120ML • PÃO DE FORMA 37,5G • MANTEIGA 5G | <ul style="list-style-type: none"> • PÃO INTEGRAL 37,5G • LEITE 150ML • QUEIJO 20G | <ul style="list-style-type: none"> • SUCO DE UVA 150ML • PÃO DE LEITE 37,5G • MANTEIGA 5G | <ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR 120ML • PÃO INTEGRAL 37,5G • QUEIJO 20G | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE 150ML • PÃO DE LEITE 37,5G • MANTEIGA 5G | <ul style="list-style-type: none"> • BANANA CATURRA (1 un / 182G) |
| COLAÇÃO | <ul style="list-style-type: none"> • MELANCIA 340G | <ul style="list-style-type: none"> • MELÃO 170G | <ul style="list-style-type: none"> • PERA (1 un / 150G) | <ul style="list-style-type: none"> • MELÃO 170G | <ul style="list-style-type: none"> • PERA (1 un / 150G) | <ul style="list-style-type: none"> • MELANCIA 340G |
| ALMOÇO | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95G • SALADA DE BETERRABA 28G • LARANJA (1 un / 150G) • FEIJÃO PRETO 100G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 48G • BRÓCOLIS REFOGADO 50G | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G • BATATA DOCE COZIDA 35G • SALADA DE PEPINO 35G • CAQUI (1 un / 180G) • FEIJÃO CARIOCA 100G | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 48G • QUIRERA 60G • SALADA DE ALFACE 15G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) • FEIJÃO PRETO 100G | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G • PEITO DE FRANGO À MILANESA 60G • BATATA, CENOURA E CHUCHU REFOGADOS 40G • SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 15G • LARANJA (1 un / 150G) | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G • CARNE MOÍDA SEM TOMATE 60G • SALADA DE BETERRABA 28G • COUVE-FLOR REFOGADA 25G • MELANCIA 340G | |
| LANCHE | <ul style="list-style-type: none"> • SUCO DE UVA 150ML • PÃO DE LEITE 37,5G • RECHEIO DE CARNE MOÍDA 35,5G | <ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ (1 un / 137G) • MINGAU DE AVEIA 200G | <ul style="list-style-type: none"> • MAMÃO 122G • AVEIA EM FLOCOS FINOS 10G | <ul style="list-style-type: none"> • IOGURTE DE COCO 180ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G | <ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE MAÇÃ COM CANELA SEM AÇÚCAR 190ML • BOLO DE LARANJA SEM AÇÚCAR 50G | |
| JANTAR | <ul style="list-style-type: none"> • CANJA 200G | <ul style="list-style-type: none"> • POLENTA - JANTAR 120G • CARNE MOÍDA SEM TOMATE 60G | <ul style="list-style-type: none"> • RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES 180G | <ul style="list-style-type: none"> • SOPA DE ABÓBORA, CARNE E MACARRÃO 180G | <ul style="list-style-type: none"> • PURÊ DE BATATA - JANTAR 120G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS COM AÇAFRÃO SEM TOMATE 60G | |
| Tabela Nutricional | | | | | | |
| Cálculo Semanal | Proteína (g): 53,65 Lipídios (g): 22,51 Carboidrato (g): 174,26 Cálcio (mg): 347,14 Ferro (mg): 6,19 Retinol (mg): 621,60 Vitamina C (mg): 112,55 Energia (Kcal): 1077,86 | | | | | |

| 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 |
|---------------------------|--|----------------------|---|---|--|--|
| DESJEJUM | RECESSO - TIRADENTES | FERIADO - TIRADENTES | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE 150ML • PÃO DE LEITE 37,5G • MANTEIGA 5G | <ul style="list-style-type: none"> • SUCO DE UVA 150ML • PÃO DE FORMA 37,5G • QUEIJO 20G | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE 150ML • PÃO INTEGRAL 37,5G • MANTEIGA 5G | <ul style="list-style-type: none"> • MELÃO 170G |
| COLAÇÃO | RECESSO - TIRADENTES | FERIADO - TIRADENTES | <ul style="list-style-type: none"> • MELÃO 170G | <ul style="list-style-type: none"> • BANANA CATURRA (1 un / 182G) | <ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ (1 un / 137G) | <ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ (1 un / 137G) |
| ALMOÇO | RECESSO - TIRADENTES | FERIADO - TIRADENTES | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G • QUIRERA 60G • SALADA DE BETERRABA 28G • MAÇÃ (1 un / 137G) • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G • CARNE MOÍDA SEM TOMATE 60G • BRÓCOLIS COZIDO 50G • SALADA DE ACELGA 20G • LARANJA (1 un / 150G) | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G • BATATA PALHA 25G • SALADA DE VAGEM COM CENOURA 30G • MELANCIA 340G | |
| LANCHE | RECESSO - TIRADENTES | FERIADO - TIRADENTES | <ul style="list-style-type: none"> • VITAMINA DE MANGA 150ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G | <ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE MAÇÃ COM CANELA SEM AÇÚCAR 190ML • BOLO DE CENOURA SEM AÇÚCAR 50G | <ul style="list-style-type: none"> • PERA (1 un / 150G) • CREME DE MORANGO 100G | |
| JANTAR | RECESSO - TIRADENTES | FERIADO - TIRADENTES | <ul style="list-style-type: none"> • RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES 180G | <ul style="list-style-type: none"> • POLENTA - JANTAR 120G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G | <ul style="list-style-type: none"> • SOPA DE BATATAS, BRÓCOLIS, CARNE E MACARRÃO 180G | |
| Tabela Nutricional | | | | | | |
| Cálculo Semanal | Proteína (g): 50,60 Lipídios (g): 25,35 Carboidrato (g): 165,70 Cálcio (mg): 384,12 Ferro (mg): 4,90 Retinol (mg): 444,59 Vitamina C (mg): 85,20 Energia (Kcal): 1056,32 | | | | | |

| 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 |
|---------------------------|---|---|--|--|--------------------|---------------|
| DESJEJUM | <ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR 120ML • PÃO DE FORMA 37,5G • MANTEIGA 5G | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE 150ML • PÃO INTEGRAL 37,5G • QUEIJO 20G | <ul style="list-style-type: none"> • MANTEIGA 5G • SUCO DE MAÇÃ 150ML • PÃO DE LEITE 37,5G | <ul style="list-style-type: none"> • PÃO DE FORMA 37,5G • QUEIJO 20G • VITAMINA DE BANANA COM CACAU 150ML | | |
| COLAÇÃO | <ul style="list-style-type: none"> • MELÃO 170G | <ul style="list-style-type: none"> • PERA (1 un / 150G) | <ul style="list-style-type: none"> • MELÃO 170G | <ul style="list-style-type: none"> • BANANA CATURRA (1 un / 182G) | | |
| ALMOÇO | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 48G • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65G • LARANJA (1 un / 150G) • SALADA DE BETERRABA 28G | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G • PEITO DE FRANGO À MILANESA 60G • BRÓCOLIS COZIDO 50G • SALADA DE ABOBRINHA 30G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 48G • CHUCHU REFOGADO 35G • CAQUI (1 un / 180G) • SALADA DE ALFACE 15G | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS COM AÇAFRÃO SEM TOMATE 60G • BETERRABA COZIDA 50G • SALADA DE PEPINO 35G • MELANCIA 340G | | |
| LANCHE | <ul style="list-style-type: none"> • SUCO DE UVA 150ML • QUEIJO 20G • PÃO DE FORMA 37,5G | <ul style="list-style-type: none"> • MAMÃO 122G • FLOCOS DE ARROZ 15G | <ul style="list-style-type: none"> • VITAMINA DE MORANGO 150ML • MAÇÃ (1 un / 137G) | <ul style="list-style-type: none"> • SUCO DE LARANJA 150ML • BOLO DE CHOCOLATE 60G | | |
| JANTAR | <ul style="list-style-type: none"> • CANJA 200G | <ul style="list-style-type: none"> • POLENTA - JANTAR 120G • CARNE MOÍDA SEM TOMATE 60G | <ul style="list-style-type: none"> • PURÊ DE BATATA - JANTAR 120G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G | <ul style="list-style-type: none"> • SOPA DE ABÓBORA, CARNE E MACARRÃO 180G | | |
| Tabela Nutricional | | | | | | |
| Cálculo Semanal | Proteína (g): 64,85 Lipídios (g): 28,87 Carboidrato (g): 209,10 Cálcio (mg): 464,19 Ferro (mg): 7,41 Retinol (mg): 685,05 Vitamina C (mg): 141,04 Energia (Kcal): 1313,19 | | | | | |
| Cálculo Mensal | Proteína (g): 55,95 Lipídios (g): 24,28 Carboidrato (g): 188,10 Cálcio (mg): 405,99 Ferro (mg): 6,34 Retinol (mg): 560,04 Vitamina C (mg): 121,09 Energia (Kcal): 1154,97 | | | | | |