

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
ALMOÇO	• MACARRÃO PARAFUSO (180) 180G • CARNE MOÍDA REFOGADA 80G • FARINHA DE MANDIOCA TORRADA 35G • SALADA DE TOMATE 60G • LARANJA (1 un / 100G)	• MACARRÃO PARAFUSO (180) 180G • BIFE À MILANESA (1 un / 100G) • CENOURA REFOGADA 30G • SALADA DE PEPINO 40G • LARANJA (1 un / 100G)	• MACARRÃO PARAFUSO (180) 180G • BIFE À MILANESA (1 un / 100G) • BRÓCOLIS REFOGADO 50G • SALADA DE TOMATE 60G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• CARNE MOÍDA REFOGADA 80G • MACARRÃO PARAFUSO ALHO E ÓLEO 80G • SALADA DE ALFACE 15G • BANANA (1 un / 130G) • MACARRÃO PARAFUSO (180) 180G	• MACARRÃO PARAFUSO (180) 180G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 80G • BATATA SAUTÉ 55G • SALADA DE PEPINO 40G • LARANJA (1 un / 100G)	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 46,28 Lipídios (g): 24,56 Carboidrato (g): 135,28 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 168,93 Vitamina C (mg): 52,14 Energia (Kcal): 947,70					

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
ALMOÇO	• MACARRÃO PARAFUSO (180) 180G • CARNE MOÍDA REFOGADA 80G • FARINHA DE MANDIOCA TORRADA 35G • SALADA DE BRÓCOLIS 30G • LARANJA (1 un / 100G)	• MACARRÃO PARAFUSO (180) 180G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 80G • BATATA PALHA 25G • SALADA DE TOMATE 60G • LARANJA (1 un / 100G)	• MACARRÃO PARAFUSO (180) 180G • BOLINHO DE CARNE ASSADO 90G • BATATA SAUTÉ 55G • SALADA DE TOMATE 60G • BANANA (1 un / 130G)	• MACARRÃO PARAFUSO (180) 180G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 80G • BATATA DOCE ASSADA 40G • SALADA DE ALFACE 15G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• MACARRÃO PARAFUSO (180) 180G • BIFE GRELHADO (1 un / 100G) • CENOURA REFOGADA 30G • SALADA DE PEPINO COM LIMÃO 40G • LARANJA (1 un / 100G)	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 42,54 Lipídios (g): 21,46 Carboidrato (g): 128,05 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 655,61 Vitamina C (mg): 59,93 Energia (Kcal): 875,10					

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
ALMOÇO	• MACARRÃO PARAFUSO (180) 180G • BOLINHO DE CARNE ASSADO 90G • BATATA SAUTÉ 55G • SALADA DE PEPINO 40G • LARANJA (1 un / 100G)	• MACARRÃO PARAFUSO (180) 180G • BIFE À MILANESA (1 un / 100G) • COUVE-FLOR COZIDA 50G • SALADA DE TOMATE 60G • LARANJA (1 un / 100G)	• MACARRÃO PARAFUSO (180) 180G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 80G • BATATA PALHA 25G • SALADA DE ALFACE 15G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• MACARRÃO PARAFUSO (180) 180G • BIFE À MILANESA (1 un / 100G) • FARINHA DE MANDIOCA TORRADA 35G • SALADA DE TOMATE 60G • BANANA (1 un / 130G)	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 44,82 Lipídios (g): 27,43 Carboidrato (g): 140,76 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 22,63 Vitamina C (mg): 62,03 Energia (Kcal): 988,61					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 44,53 Lipídios (g): 24,27 Carboidrato (g): 134,26 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 300,95 Vitamina C (mg): 57,75 Energia (Kcal): 933,46					