

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
ALMOÇO			<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • POSTA ASSADA AO MOLHO 100G • FAROFA DE REPOLHO 30G • SALADA DE TOMATE 60G • MAÇÃ (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • PEITO DE FRANGO À MILANESA (1 un / 100G) • CENOURA REFOGADA 30G • SALADA DE ALFACE 15G • SALADA DE FRUTAS 100G 	FERIADO - SEXTA-FEIRA SANTA	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 34,52 Lipídios (g): 13,78 Carboidrato (g): 78,23 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 299,87 Vitamina C (mg): 41,08 Energia (Kcal): 575,21					

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 • FRANGO ASSADO 110G • POLENTA CREMOSA 60G • SALADA DE PEPINO COM TOMATE 45G • LARANJA (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • BARREADO 90G • FAROFA DE COUVE 30G • SALADA DE ALFACE 15G • MELANCIA 150G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ INTEGRAL 80G • ALMÔNDEGAS DE FRANGO ASSADAS AO SUGO 100G • PURÊ DE BATATA 40G • SALADA DE BETERRABA RALADA 25G • CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • PICADINHO DE CARNE COM CENOURA E CHAMPIGNON 100G • VAGEM REFOGADA 40G • SALADA DE REPOLHO AO VINAGRETE 40G • ABACAXI 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • PEITO DE FRANGO À MILANESA (1 un / 100G) • ABOBRINHA REFOGADA 35G • SALADA DE CENOURA RALADA COM LIMÃO 25G • SALADA DE FRUTAS 100G 	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 31,14 Lipídios (g): 16,97 Carboidrato (g): 73,65 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 192,65 Vitamina C (mg): 62,09 Energia (Kcal): 569,21					

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 • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 80G • QUIRERA 70G • SALADA DE ALFACE 15G • LARANJA (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • BIFE ACEBOLADO (1 un / 100G) • FAROFA DE COUVE 30G • SALADA DE PEPINO COM TOMATE 45G • SALADA DE FRUTAS 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • ISCAS DE FRANGO AO SUGO 90G • MACARRÃO PARAFUSO ALHO E ÓLEO 80G • SALADA DE CHUCHU COM CENOURA 30G • ABACAXI 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • STROGONOFF DE CARNE 90G • BATATA PALHA 25G • SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 40G • CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • PEITO DE FRANGO GRELHADO (1 un / 80G) • BATATA, CENOURA E CHUCHU REFOGADOS 40G • SALADA DE ACELGA COM LIMÃO 30G • MELANCIA 150G 	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 33,57 Lipídios (g): 14,03 Carboidrato (g): 79,38 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 155,64 Vitamina C (mg): 70,71 Energia (Kcal): 576,56					

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 • PICADINHO DE CARNE 80G • FAROFA DE ESPINAFRE 30G • SALADA DE PEPINO 40G • LARANJA (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • STROGONOFF DE CARNE 90G • BATATA PALHA 25G • SALADA DE REPOLHO 40G • CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • PEITO DE FRANGO À MILANESA (1 un / 100G) • PURÊ DE BATATA 40G • SALADA DE TOMATE 60G • MELANCIA 150G 	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 32,74 Lipídios (g): 16,64 Carboidrato (g): 84,02 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 58,75 Vitamina C (mg): 64,31 Energia (Kcal): 614,67					

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 INTEGRAL 80G • QUIBE ASSADO SEM MOLHO 100G • VAGEM REFOGADA 40G • SALADA DE PEPINO 40G • LARANJA (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FRICASSÉ DE FRANGO 90G • BATATA ASSADA COM ALEGRIM 50G • SALADA DE ALFACE 15G • ABACAXI 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • PEITO DE FRANGO GRELHADO (1 un / 80G) • ABOBRINHA REFOGADA 35G • SALADA DE BETERRABA RALADA 25G • CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • ALMÔNDEGAS DE CARNE ASSADAS AO SUGO 100G • POLENTA CREMOSA 60G • SALADA DE CENOURA RALADA COM LIMÃO 25G • SALADA DE FRUTAS 100G 		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 31,34 Lipídios (g): 15,25 Carboidrato (g): 67,47 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 129,08 Vitamina C (mg): 67,58 Energia (Kcal): 525,29					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 32,43 Lipídios (g): 15,44 Carboidrato (g): 75,98 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 159,67 Vitamina C (mg): 63,65 Energia (Kcal): 569,71					