

Observações						
Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 09/02	Terça-Feira, 10/02	Quarta-Feira, 11/02	Quinta-Feira, 12/02	Sexta-Feira, 13/02	Sábado, 14/02
DESJEJUM	RECESSO ESCOLAR	• PÃO SEM LEITE 37,5G • LEITE DE SOJA 190ML • MANTEIGA DE COCO 5G	• PÃO SEM LEITE 37,5G • SUCO DE LARANJA 150ML • MANTEIGA DE COCO 5G	• LEITE DE SOJA 190ML • PÃO SEM LEITE 37,5G • MANTEIGA DE COCO 5G	• SUCO DE MAÇÃ 150ML • BOLO DE LARANJA SEM AÇÚCAR, LEITE, OVOS E SOJA 50G	
COLAÇÃO	RECESSO ESCOLAR	• BANANA CATURRA (1 un / 182G)	• PERA (1 un / 150G)	• GOIABA (1 un / 96G)	• MELANCIA 340G	
ALMOÇO	RECESSO ESCOLAR	• ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G • BATATA DOCE COZIDA 35G • SALADA DE TOMATE 40G • MAMÃO 122G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 60G	• ARROZ 95G • ALMÔNDEGAS AO SUGO (55G PARA 3 UNIDADES + 20G DE MOLHO) 75G • FEIJÃO CARIOCA 100G • SALADA DE ALFACE 15G • MELANCIA 340G • FAROFA DE CENOURA 20G	• ARROZ 95G • FRANGO AO MOLHO COM CENOURA E VAGEM 56G • FEIJÃO PRETO 100G • PURÊ DE BATATA SEM LEITE 50G • SALADA DE BRÓCOLIS 30G • SALADA DE FRUTA 70G	• ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G • CHUCHU REFOGADO 35G • SALADA DE CENOURA 25G • MELÃO 170G • CARNE MOÍDA REFOGADA 54G	
LANCHE	RECESSO ESCOLAR	• CREME DE MANGA COM LEITE DE SOJA 100G • MAÇÃ (1 un / 137G)	• LEITE DE SOJA 190ML • BOLO DE FUBÁ SEM AÇÚCAR, LEITE, OVOS E SOJA 50G	• SUCO DE UVA 150ML • PÃO SEM LEITE 37,5G • RECHEIO DE CARNE MOÍDA 35,5G	• VITAMINA DE BANANA COM LEITE DE SOJA 180ML • FLOCOS DE ARROZ 15G	
JANTAR	RECESSO ESCOLAR	• SOPA DE ARROZ, LEGUMES E FRANGO 180G	• ESCONDIDINHO DE FRANGO SEM LEITE 170G	• SOPA DE FEIJÃO, LEGUMES E MACARRÃO 180G	• QUIRERA - JANTAR 120G • ISCAS DE FRANGO COM TOMATE 54G	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 68,76 Lipídios (g): 24,69 Carboidrato (g): 215,43 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 504,20 Vitamina C (mg): 164,40 Energia (Kcal): 1329,75					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 16/02	Terça-Feira, 17/02	Quarta-Feira, 18/02	Quinta-Feira, 19/02	Sexta-Feira, 20/02	Sábado, 21/02
DESJEJUM	FERIADO CARNAVAL	FERIADO CARNAVAL	FERIADO CARNAVAL	• LEITE DE SOJA 190ML • PÃO SEM LEITE 37,5G • MANTEIGA DE COCO 5G	• VITAMINA DE MANGA COM LEITE DE SOJA 180ML • PÃO SEM LEITE 37,5G • MANTEIGA DE COCO 5G	
COLAÇÃO	FERIADO CARNAVAL	FERIADO CARNAVAL	FERIADO CARNAVAL	• MAÇÃ (1 un / 137G)	• MAMÃO 122G	
ALMOÇO	FERIADO CARNAVAL	FERIADO CARNAVAL	FERIADO CARNAVAL	• ARROZ 95G • MELÃO 170G • FEIJÃO CARIOCA 100G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 60G • BATATA PALHA 25G • SALADA DE TOMATE COM PEPINO 45G	• ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G • PICADINHO DE CARNE 56G • COUVE-FLOR REFOGADA 25G • SALADA DE CENOURA 25G • LARANJA (1 un / 150G)	
LANCHE	FERIADO CARNAVAL	FERIADO CARNAVAL	FERIADO CARNAVAL	• FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G • BEBIDA À BASE DE SOJA COM POLPA DE FRUTAS 120ML	• BANANA CATURRA (1 un / 182G) • AVEIA EM FLOCOS FINOS 10G	
JANTAR	FERIADO CARNAVAL	FERIADO CARNAVAL	FERIADO CARNAVAL	• ARROZ CARRETEIRO 180G	• SOPA DE FEIJÃO COM MACARRÃO 180G	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 60,62 Lipídios (g): 28,13 Carboidrato (g): 199,33 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 269,57 Vitamina C (mg): 159,56 Energia (Kcal): 1269,00					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 23/02	Terça-Feira, 24/02	Quarta-Feira, 25/02	Quinta-Feira, 26/02	Sexta-Feira, 27/02	Sábado, 28/02
DESJEJUM	• SUCO DE LARANJA 150ML • PÃO SEM LEITE 37,5G • MANTEIGA DE COCO 5G	• LEITE DE SOJA 190ML • PÃO SEM LEITE 37,5G • MANTEIGA DE COCO 5G	• SUCO DE UVA 150ML • PÃO SEM LEITE 37,5G • MANTEIGA DE COCO 5G	• LEITE DE SOJA 190ML • BOLO DE CENOURA SEM AÇÚCAR, LEITE, OVOS E SOJA 50G	• VITAMINA DE BANANA COM CACAU 150ML • PÃO SEM LEITE 37,5G • MANTEIGA DE COCO 5G	
COLAÇÃO	• MELÃO 170G	• BANANA CATURRA (1 un / 182G)	• MELÃO 170G	• GOIABA (1 un / 96G)	• MAÇÃ (1 un / 137G)	
ALMOÇO	• ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G • FRANGO AO SUGO 56G • POLENTA 100G • SALADA DE PEPINO 35G • MAÇÃ (1 un / 137G)	• ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 60G • BATATA PALHA 25G • SALADA DE CHUCHU 20G • MAMÃO 122G	• ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G • FRANGO ASSADO 60G • QUIBELE 25G • SALADA DE COUVE-FLORES 20G • PERA (1 un / 150G)	• ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G • BARREADO 56G • FAROFA DE BANANA 30G • SALADA DE ALFACE 15G • LARANJA (1 un / 150G)	• ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G • ISCAS DE FRANGO COM TOMATE 54G • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65G • MELANCIA 340G • SALADA DE BETERRABA 35G	
LANCHE	• VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE SOJA 180ML • PERA (1 un / 150G)	• SUCO DE MAÇÃ 150ML • PÃO SEM LEITE 37,5G • GELEIA DE UVA SEM AÇÚCAR 6G	• CREME DE MANGA COM LEITE DE SOJA 100G • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G	• BANANA CATURRA (1 un / 182G) • AVEIA EM FLOCOS FINOS 10G	• SUCO DE UVA 150ML • BOLO DE CACAU SEM AÇÚCAR, GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 60G	
JANTAR	• ARROZ CARRETEIRO 180G	• SOPA DE ARROZ, LEGUMES E FRANGO 180G	• PURÊ DE BATATA SEM LEITE - JANTAR 120G • CARNE MOÍDA COM TOMATE E CHEIRO VERDE 50G	• POLENTA - JANTAR 120G • FRANGO AO MOLHO COM CENOURA E VAGEM 56G	• SOPA DE AIPIM COM CARNE 180G	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 57,64 Lipídios (g): 29,52 Carboidrato (g): 221,80 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 333,38 Vitamina C (mg): 153,19 Energia (Kcal): 1351,88					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 62,22 Lipídios (g): 27,51 Carboidrato (g): 215,40 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 383,89 Vitamina C (mg): 158,43 Energia (Kcal): 1328,76					