

| 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 |
| DESJEJUM | | | <ul style="list-style-type: none"> VITAMINA DE BANANA COM CACAU 150ML PÃO DE LEITE 37,5G MANTEIGA 5G | <ul style="list-style-type: none"> SUCO DE MAÇÃ 150ML QUEIJO 20G PÃO DE LEITE 37,5G | FERIADO - SEXTA-FEIRA SANTA | |
| COLAÇÃO | | | <ul style="list-style-type: none"> MAÇÃ (1 un / 137G) | <ul style="list-style-type: none"> MAÇÃ (1 un / 137G) | FERIADO - SEXTA-FEIRA SANTA | |
| ALMOÇO | | | <ul style="list-style-type: none"> ARROZ 95G FEIJÃO PRETO 100G PEITO DE FRANGO À MILANESA 60G MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65G SALADA DE TOMATE 40G MAÇÃ (1 un / 137G) | <ul style="list-style-type: none"> ARROZ 95G FEIJÃO CARIOCA 100G ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G SALADA DE BETERRABA 28G MAÇÃ (1 un / 137G) MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65G | FERIADO - SEXTA-FEIRA SANTA | |
| LANCHE | | | <ul style="list-style-type: none"> MAÇÃ (1 un / 137G) LEITE 150ML | <ul style="list-style-type: none"> MAÇÃ (1 un / 137G) FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G | FERIADO - SEXTA-FEIRA SANTA | |
| JANTAR | | | <ul style="list-style-type: none"> MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO - JANTAR 200G ARROZ 95G FEIJÃO CARIOCA 100G | <ul style="list-style-type: none"> MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO - JANTAR 200G ARROZ 95G FEIJÃO PRETO 100G | FERIADO - SEXTA-FEIRA SANTA | |
| Tabela Nutricional | | | | | | |
| Cálculo Semanal | Proteína (g): 73,13 Lipídios (g): 30,70 Carboidrato (g): 319,22 Cálcio (mg): 432,57 Ferro (mg): 11,28 Retinol (mg): 129,38 Vitamina C (mg): 14,87 Energia (Kcal): 1783,49 | | | | | |

| 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 FRANCÊS 37,5G • MANTEIGA 5G | <ul style="list-style-type: none"> • SUCO DE UVA 150ML • PÃO DE LEITE 37,5G • QUEIJO 20G | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE 150ML • BISCOITO CREAM CRAKER 30G | <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 FRANCÊS 37,5G • QUEIJO 20G | <ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ (1 un / 137G) |
| COLAÇÃO | <ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ (1 un / 137G) | <ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ (1 un / 137G) | <ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ (1 un / 137G) | <ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ (1 un / 137G) | <ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ (1 un / 137G) | <ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ (1 un / 137G) |
| ALMOÇO | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G • PEITO DE FRANGO À MILANESA 60G • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65G • SALADA DE TOMATE 40G • MAÇÃ (1 un / 137G) | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65G • SALADA DE CENOURA 25G • MAÇÃ (1 un / 137G) | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G • PEITO DE FRANGO À MILANESA 60G • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65G • SALADA DE ALFACE 15G • MAÇÃ (1 un / 137G) | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65G • SALADA DE ABOBRINHA 30G • MAÇÃ (1 un / 137G) | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G • PEITO DE FRANGO À MILANESA 60G • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65G • SALADA DE CHUCHU 20G • MAÇÃ (1 un / 137G) | |
| LANCHE | <ul style="list-style-type: none"> • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G • LEITE 150ML • MAÇÃ (1 un / 137G) | <ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ (1 un / 137G) • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G | <ul style="list-style-type: none"> • SUCO DE MAÇÃ 150ML • BISCOITO CREAM CRAKER 30G • MAÇÃ (1 un / 137G) | <ul style="list-style-type: none"> • SUCO DE MAÇÃ 150ML • BISCOITO CREAM CRAKER 30G • MAÇÃ (1 un / 137G) | <ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ (1 un / 137G) • LEITE 150ML | |
| JANTAR | <ul style="list-style-type: none"> • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO - JANTAR 200G • ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G | <ul style="list-style-type: none"> • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO - JANTAR 200G • ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G | <ul style="list-style-type: none"> • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO - JANTAR 200G • ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G | <ul style="list-style-type: none"> • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO - JANTAR 200G • ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G | <ul style="list-style-type: none"> • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO - JANTAR 200G • ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G | |
| Tabela Nutricional | | | | | | |
| Cálculo Semanal | Proteína (g): 60,74 Lipídios (g): 26,29 Carboidrato (g): 273,94 Cálcio (mg): 327,00 Ferro (mg): 9,78 Retinol (mg): 144,69 Vitamina C (mg): 36,70 Energia (Kcal): 1525,42 | | | | | |

| 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"> ● PÃO DE LEITE 37,5G ● LEITE 150ML ● MANTEIGA 5G | <ul style="list-style-type: none"> ● LEITE 150ML ● PÃO FRANCÊS 37,5G ● QUEIJO 20G | <ul style="list-style-type: none"> ● PÃO DE LEITE 37,5G ● MANTEIGA 5G ● SUCO DE UVA 150ML | <ul style="list-style-type: none"> ● LEITE 150ML ● QUEIJO 20G ● PÃO DE LEITE 37,5G | <ul style="list-style-type: none"> ● SUCO DE LARANJA 150ML ● PÃO DE LEITE 37,5G ● MANTEIGA 5G | <ul style="list-style-type: none"> ● MAÇÃ (1 un / 137G) |
| COLAÇÃO | <ul style="list-style-type: none"> ● MAÇÃ (1 un / 137G) | <ul style="list-style-type: none"> ● MAÇÃ (1 un / 137G) | <ul style="list-style-type: none"> ● MAÇÃ (1 un / 137G) | <ul style="list-style-type: none"> ● MAÇÃ (1 un / 137G) | <ul style="list-style-type: none"> ● MAÇÃ (1 un / 137G) | <ul style="list-style-type: none"> ● MAÇÃ (1 un / 137G) |
| ALMOÇO | <ul style="list-style-type: none"> ● ARROZ 95G ● FEIJÃO PRETO 100G ● PEITO DE FRANGO À MILANESA 60G ● MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65G ● SALADA DE TOMATE 40G ● MAÇÃ (1 un / 137G) | <ul style="list-style-type: none"> ● ARROZ 95G ● FEIJÃO CARIOCA 100G ● ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G ● MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65G ● SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 15G ● MAÇÃ (1 un / 137G) | <ul style="list-style-type: none"> ● ARROZ 95G ● FEIJÃO PRETO 100G ● PEITO DE FRANGO À MILANESA 60G ● MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65G ● SALADA DE ALFACE 15G ● MAÇÃ (1 un / 137G) | <ul style="list-style-type: none"> ● ARROZ 95G ● FEIJÃO CARIOCA 100G ● ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G ● MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65G ● SALADA DE PEPINO 35G ● MAÇÃ (1 un / 137G) | <ul style="list-style-type: none"> ● ARROZ 95G ● FEIJÃO PRETO 100G ● PEITO DE FRANGO À MILANESA 60G ● MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65G ● SALADA DE ACELGA 20G ● MAÇÃ (1 un / 137G) | |
| LANCHE | <ul style="list-style-type: none"> ● SUCO DE UVA 150ML ● PÃO DE LEITE 37,5G ● RECHEIO DE CARNE MOÍDA 35,5G ● MAÇÃ (1 un / 137G) | <ul style="list-style-type: none"> ● MAÇÃ (1 un / 137G) ● FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G | <ul style="list-style-type: none"> ● LEITE 150ML ● MAÇÃ (1 un / 137G) | <ul style="list-style-type: none"> ● SUCO DE MAÇÃ 150ML ● BISCOITO CREAM CRAKER 30G ● MAÇÃ (1 un / 137G) | <ul style="list-style-type: none"> ● IOGURTE DE MORANGO 180ML ● FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G ● MAÇÃ (1 un / 137G) | |
| JANTAR | <ul style="list-style-type: none"> ● MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO - JANTAR 200G ● ARROZ 95G ● FEIJÃO CARIOCA 100G | <ul style="list-style-type: none"> ● MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO - JANTAR 200G ● ARROZ 95G ● FEIJÃO PRETO 100G | <ul style="list-style-type: none"> ● MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO - JANTAR 200G ● ARROZ 95G ● FEIJÃO CARIOCA 100G | <ul style="list-style-type: none"> ● MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO - JANTAR 200G ● ARROZ 95G ● FEIJÃO PRETO 100G | <ul style="list-style-type: none"> ● MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO - JANTAR 200G ● ARROZ 95G ● FEIJÃO CARIOCA 100G | |
| Tabela Nutricional | | | | | | |
| Cálculo Semanal | Proteína (g): 62,95 Lipídios (g): 26,19 Carboidrato (g): 277,48 Cálcio (mg): 338,00 Ferro (mg): 9,68 Retinol (mg): 114,44 Vitamina C (mg): 44,85 Energia (Kcal): 1549,39 | | | | | |

| 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 |
|---------------------------|--|----------------------|---|---|---|---|
| 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 LEITE 37,5G • QUEIJO 20G | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE 150ML • PÃO FRANCÊS 37,5G • MANTEIGA 5G | <ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ (1 un / 137G) |
| COLAÇÃO | RECESSO - TIRADENTES | FERIADO - TIRADENTES | <ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ (1 un / 137G) | <ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ (1 un / 137G) | <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 • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65G • SALADA DE TOMATE 40G • MAÇÃ (1 un / 137G) | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G • PEITO DE FRANGO À MILANESA 60G • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65G • SALADA DE VAGEM COM CENOURA 30G • MAÇÃ (1 un / 137G) | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65G • SALADA DE ACELGA 20G • MAÇÃ (1 un / 137G) | |
| LANCHE | RECESSO - TIRADENTES | FERIADO - TIRADENTES | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE 150ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G • MAÇÃ (1 un / 137G) | <ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ (1 un / 137G) • IOGURTE DE MORANGO 180ML | <ul style="list-style-type: none"> • SUCO DE MAÇÃ 150ML • BISCOITO CREAM CRAKER 30G • MAÇÃ (1 un / 137G) | |
| JANTAR | RECESSO - TIRADENTES | FERIADO - TIRADENTES | <ul style="list-style-type: none"> • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO - JANTAR 200G • ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G | <ul style="list-style-type: none"> • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO - JANTAR 200G • ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G | <ul style="list-style-type: none"> • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO - JANTAR 200G • ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G | |
| Tabela Nutricional | | | | | | |
| Cálculo Semanal | Proteína (g): 55,04 Lipídios (g): 22,91 Carboidrato (g): 252,07 Cálcio (mg): 342,34 Ferro (mg): 8,50 Retinol (mg): 173,45 Vitamina C (mg): 23,62 Energia (Kcal): 1388,96 | | | | | |

| 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"> • SUCO DE LARANJA 150ML • PÃO DE LEITE 37,5G • MANTEIGA 5G | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE 150ML • PÃO FRANCÊS 37,5G • QUEIJO 20G | <ul style="list-style-type: none"> • SUCO DE MAÇÃ 150ML • PÃO DE LEITE 37,5G • MANTEIGA 5G | <ul style="list-style-type: none"> • VITAMINA DE BANANA COM CACAU 150ML • PÃO DE LEITE 37,5G • QUEIJO 20G | | |
| COLAÇÃO | <ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ (1 un / 137G) | <ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ (1 un / 137G) | <ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ (1 un / 137G) | <ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ (1 un / 137G) | | |
| ALMOÇO | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G • PEITO DE FRANGO À MILANESA 60G • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65G • SALADA DE TOMATE 40G • MAÇÃ (1 un / 137G) | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65G • SALADA DE ALFACE 15G • MAÇÃ (1 un / 137G) | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G • PEITO DE FRANGO À MILANESA 60G • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65G • SALADA DE ABOBRINHA 30G • MAÇÃ (1 un / 137G) | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65G • SALADA DE PEPINO 35G • MAÇÃ (1 un / 137G) | | |
| LANCHE | <ul style="list-style-type: none"> • SUCO DE UVA 150ML • BISCOITO CREAM CRAKER 30G • MAÇÃ (1 un / 137G) | <ul style="list-style-type: none"> • LEITE 150ML • MAÇÃ (1 un / 137G) | <ul style="list-style-type: none"> • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G • MAÇÃ (1 un / 137G) | <ul style="list-style-type: none"> • SUCO DE LARANJA 150ML • BISCOITO CREAM CRAKER 30G • MAÇÃ (1 un / 137G) | | |
| JANTAR | <ul style="list-style-type: none"> • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO - JANTAR 200G • ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G | <ul style="list-style-type: none"> • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO - JANTAR 200G • ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G | <ul style="list-style-type: none"> • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO - JANTAR 200G • ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G | <ul style="list-style-type: none"> • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO - JANTAR 200G • ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G | | |
| Tabela Nutricional | | | | | | |
| Cálculo Semanal | Proteína (g): 72,87 Lipídios (g): 31,00 Carboidrato (g): 325,29 Cálcio (mg): 387,42 Ferro (mg): 11,60 Retinol (mg): 118,41 Vitamina C (mg): 75,70 Energia (Kcal): 1811,81 | | | | | |
| Cálculo Mensal | Proteína (g): 63,64 Lipídios (g): 26,91 Carboidrato (g): 284,38 Cálcio (mg): 353,37 Ferro (mg): 9,99 Retinol (mg): 135,50 Vitamina C (mg): 41,65 Energia (Kcal): 1582,68 | | | | | |