

Observações						
OBSERVAÇÃO: ALIMENTOS E PREPARAÇÕES NÃO PODEM CONTER GLUTÉN/TRAÇOS DE GLÚTEN. TODOS OS UTENSÍLIOS UTILIZADOS, INCLUINDO ESPONJA, DEVEM SER IDENTIFICADOS, ARMAZENADOS E HIGIENIZADOS SEPARADAMENTE.						
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"> <li>• PÃO SEM GLÚTEN 37,5G</li> <li>• MANTEIGA 5G</li> <li>• VITAMINA DE BANANA COM CACAU 150ML</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• PÃO SEM GLÚTEN 37,5G</li> <li>• QUEIJO 20G</li> <li>• SUCO DE MAÇÃ 150ML</li> </ul>	FERIADO - SEXTA-FEIRA SANTA	
COLAÇÃO			<ul style="list-style-type: none"> <li>• PERA (1 un / 150G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MELÃO 170G</li> </ul>	FERIADO - SEXTA-FEIRA SANTA	
ALMOÇO			<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 100G</li> <li>• ISCAS DE CARNE REFOGADAS 48G</li> <li>• BATATA SALSAS COZIDA 50G</li> <li>• SALADA DE TOMATE 40G</li> <li>• MAMÃO 122G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• FEIJÃO CARIOCA 100G</li> <li>• FRANGO AO SUGO 56G</li> <li>• FAROFA DE COUVE 20G</li> <li>• SALADA DE BETERRABA 28G</li> <li>• CAQUI (1 un / 180G)</li> </ul>	FERIADO - SEXTA-FEIRA SANTA	
LANCHE			<ul style="list-style-type: none"> <li>• VITAMINA DE MANGA 150ML</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 137G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> <li>• AVEIA EM FLOCOS FINOS SEM GLÚTEN 20G</li> </ul>	FERIADO - SEXTA-FEIRA SANTA	
JANTAR			<ul style="list-style-type: none"> <li>• ESCONDIDINHO DE FRANGO 170G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SOPA DE BATATAS, BRÓCOLIS, CARNE E MACARRÃO SEM GLÚTEN E OVOS 180G</li> </ul>	FERIADO - SEXTA-FEIRA SANTA	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 57,41 Lipídios (g): 31,84 Carboidrato (g): 227,76 Cálcio (mg): 531,49 Ferro (mg): 6,99 Retinol (mg): 544,37 Vitamina C (mg): 123,51 Energia (Kcal): 1395,43					

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"> <li>● LEITE 150ML</li> <li>● MANTEIGA 5G</li> <li>● PÃO SEM GLÚTEN 37,5G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● SUCO DE UVA 150ML</li> <li>● PÃO SEM GLÚTEN 37,5G</li> <li>● QUEIJO 20G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● LEITE 150ML</li> <li>● BOLO DE CENOURA SEM AÇÚCAR, GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● SUCO DE LARANJA 150ML</li> <li>● MANTEIGA 5G</li> <li>● PÃO SEM GLÚTEN 37,5G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● LEITE 150ML</li> <li>● QUEIJO 20G</li> <li>● PÃO SEM GLÚTEN 37,5G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> </ul>	
COLAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> <li>● MAÇÃ (1 un / 137G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● PERA (1 un / 150G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● MELÃO 170G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● MAÇÃ (1 un / 137G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● MAMÃO 122G</li> </ul>	
ALMOÇO	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ARROZ 95G</li> <li>● FEIJÃO PRETO 100G</li> <li>● CARNE MOÍDA AO MOLHO COM CENOURA E ERVILHA 56G</li> <li>● PURÊ DE BATATA 60G</li> <li>● SALADA DE TOMATE 40G</li> <li>● MELÃO 170G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ARROZ 95G</li> <li>● FEIJÃO CARIOCA 100G</li> <li>● ISCAS DE FRANGO COM TOMATE 54G</li> <li>● BRÓCOLIS COZIDO 50G</li> <li>● SALADA DE CENOURA 25G</li> <li>● LARANJA (1 un / 150G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ARROZ 95G</li> <li>● FEIJÃO PRETO 100G</li> <li>● BARREADO 56G</li> <li>● FAROFA DE BANANA 30G</li> <li>● SALADA DE ALFACE 15G</li> <li>● MELANCIA 340G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ARROZ 95G</li> <li>● FEIJÃO CARIOCA 100G</li> <li>● FRANGO AO MOLHO COM CENOURA E VAGEM 56G</li> <li>● POLENTA 100G</li> <li>● SALADA DE ABOBRINHA 30G</li> <li>● LARANJA (1 un / 150G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ARROZ 95G</li> <li>● FEIJÃO PRETO 100G</li> <li>● PICADINHO DE CARNE 56G</li> <li>● MACARRÃO SEM GLÚTEN AO ALHO E ÓLEO 65G</li> <li>● SALADA DE CHUCHU 20G</li> <li>● MAMÃO 122G</li> </ul>		
LANCHE	<ul style="list-style-type: none"> <li>● VITAMINA DE MANGA 150ML</li> <li>● FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR, LEITE E GLÚTEN 20G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● MAMÃO 122G</li> <li>● AVEIA EM FLOCOS FINOS SEM GLÚTEN 20G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● SUCO DE MAÇÃ 150ML</li> <li>● SANDUÍCHE SEM GLÚTEN DE QUEIJO COM TOMATE 70G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● CHÁ DE MAÇÃ COM CANELA SEM AÇÚCAR 190ML</li> <li>● BOLO DE FUBÁ SEM AÇÚCAR, GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● IOGURTE DE MORANGO 180ML</li> <li>● BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> </ul>		
JANTAR	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ARROZ CARRETEIRO 180G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● SOPA CREME DE BATATA SALSA E CARNE 200G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● RISOTO DE FRANGO 200G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● SOPA DE FEIJÃO COM MACARRÃO SEM OVOS E GLÚTEN 180G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● FRANGO AO SUGO 56G</li> <li>● PURÊ DE BATATA - JANTAR 120G</li> </ul>		
<b>Tabela Nutricional</b>							
Cálculo Semanal	Proteína (g): 45,67 Lipídios (g): 22,54 Carboidrato (g): 184,33 Cálcio (mg): 388,16 Ferro (mg): 5,61 Retinol (mg): 379,82 Vitamina C (mg): 153,54 Energia (Kcal): 1106,20						

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"> <li>● CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR 120ML</li> <li>● MANTEIGA 5G</li> <li>● PÃO SEM GLÚTEN 37,5G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● LEITE 150ML</li> <li>● QUEIJO 20G</li> <li>● PÃO SEM GLÚTEN 37,5G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● SUCO DE UVA 150ML</li> <li>● MANTEIGA 5G</li> <li>● PÃO SEM GLÚTEN 37,5G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● LEITE 150ML</li> <li>● QUEIJO 20G</li> <li>● PÃO SEM GLÚTEN 37,5G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR 120ML</li> <li>● PÃO SEM GLÚTEN 37,5G</li> <li>● MANTEIGA 5G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> </ul>
COLAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> <li>● MELÃO 170G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● MELANCIA 340G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● PERA (1 un / 150G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● MELÃO 170G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● PERA (1 un / 150G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● MELANCIA 340G</li> </ul>
ALMOÇO	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ARROZ 95G</li> <li>● FEIJÃO PRETO 100G</li> <li>● ISCAS DE CARNE REFOGADAS 48G</li> <li>● BRÓCOLIS REFOGADO 50G</li> <li>● SALADA DE TOMATE 40G</li> <li>● LARANJA (1 un / 150G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ARROZ 95G</li> <li>● FEIJÃO CARIOCA 100G</li> <li>● PEITO DE FRANGO À MILANESA SEM GLÚTEN 60G</li> <li>● BATATA, CENOURA E CHUCHU REFOGADOS 40G</li> <li>● SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 15G</li> <li>● MAÇÃ (1 un / 137G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ARROZ 95G</li> <li>● FEIJÃO PRETO 100G</li> <li>● CARNE MOÍDA COM TOMATE E CHEIRO VERDE 45G</li> <li>● CENOURA REFOGADA 35G</li> <li>● SALADA DE ALFACE 15G</li> <li>● LARANJA (1 un / 150G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ARROZ 95G</li> <li>● FEIJÃO CARIOCA 100G</li> <li>● ISCAS DE FRANGO COM TOMATE 54G</li> <li>● BATATA DOCE COZIDA 35G</li> <li>● SALADA DE PEPINO 35G</li> <li>● MELANCIA 340G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ARROZ 95G</li> <li>● FEIJÃO PRETO 100G</li> <li>● POSTA ASSADA AO SUGO 56G</li> <li>● FAROFA DE CENOURA 20G</li> <li>● SALADA DE ACELGA 20G</li> <li>● CAQUI (1 un / 180G)</li> </ul>	
LANCHE	<ul style="list-style-type: none"> <li>● SUCO DE UVA 150ML</li> <li>● PÃO SEM GLÚTEN 37,5G</li> <li>● RECHEIO DE CARNE MOÍDA 35,5G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● MAMÃO 122G</li> <li>● AVEIA EM FLOCOS FINOS SEM GLÚTEN 20G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● VITAMINA DE BANANA 150ML</li> <li>● BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● CHÁ DE MAÇÃ COM CANELA SEM AÇÚCAR 190ML</li> <li>● BOLO DE LARANJA SEM AÇÚCAR, GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR, LEITE E GLÚTEN 20G</li> <li>● IOGURTE DE MORANGO 180ML</li> </ul>	
JANTAR	<ul style="list-style-type: none"> <li>● CANJA 200G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● POLENTA - JANTAR 120G</li> <li>● CARNE MOÍDA AO SUGO 56G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● PURÊ DE BATATA - JANTAR 120G</li> <li>● FRANGO AO SUGO 56G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● SOPA DE ABÓBORA, CARNE E MACARRÃO SEM GLÚTEN E OVOS 180G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES 180G</li> </ul>	
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 46,36 Lipídios (g): 20,21 Carboidrato (g): 172,71 Cálcio (mg): 316,10 Ferro (mg): 5,54 Retinol (mg): 706,47 Vitamina C (mg): 112,58 Energia (Kcal): 1030,80					

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"> <li>● LEITE 150ML</li> <li>● PÃO SEM GLÚTEN 37,5G</li> <li>● MANTEIGA 5G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● SUCO DE UVA 150ML</li> <li>● PÃO SEM GLÚTEN 37,5G</li> <li>● QUEIJO 20G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● LEITE 150ML</li> <li>● PÃO SEM GLÚTEN 37,5G</li> <li>● MANTEIGA 5G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● MELÃO 170G</li> </ul>
COLAÇÃO	RECESSO - TIRADENTES	FERIADO - TIRADENTES	<ul style="list-style-type: none"> <li>● MELÃO 170G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● MAÇÃ (1 un / 137G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● MAÇÃ (1 un / 137G)</li> </ul>
ALMOÇO	RECESSO - TIRADENTES	FERIADO - TIRADENTES	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ARROZ 95G</li> <li>● FEIJÃO CARIOCA 100G</li> <li>● ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G</li> <li>● BATATA PALHA 25G</li> <li>● MAÇÃ (1 un / 137G)</li> <li>● SALADA DE TOMATE 40G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ARROZ 95G</li> <li>● FEIJÃO PRETO 100G</li> <li>● CARNE MOÍDA COM TOMATE E CHEIRO VERDE 45G</li> <li>● SALADA DE VAGEM COM CENOURA 30G</li> <li>● BRÓCOLIS COZIDO 50G</li> <li>● MELANCIA 340G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ARROZ 95G</li> <li>● FEIJÃO CARIOCA 100G</li> <li>● FRANGO AO SUGO 56G</li> <li>● QUIRERA 60G</li> <li>● SALADA DE ACELGA 20G</li> <li>● LARANJA (1 un / 150G)</li> </ul>	
LANCHE	RECESSO - TIRADENTES	FERIADO - TIRADENTES	<ul style="list-style-type: none"> <li>● VITAMINA DE MANGA 150ML</li> <li>● FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR, LEITE E GLÚTEN 20G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● CREME DE MORANGO 100G</li> <li>● PERA (1 un / 150G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● CHÁ DE MAÇÃ COM CANELA SEM AÇÚCAR 190ML</li> <li>● BOLO DE CENOURA SEM AÇÚCAR, GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G</li> </ul>	
JANTAR	RECESSO - TIRADENTES	FERIADO - TIRADENTES	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ARROZ CARRETEIRO 180G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● POLENTA - JANTAR 120G</li> <li>● ISCAS DE FRANGO COM TOMATE 54G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● SOPA DE BATATAS, BRÓCOLIS, CARNE E MACARRÃO SEM GLÚTEN E OVOS 180G</li> </ul>	

**Tabela Nutricional**

Cálculo Semanal Proteína (g): 43,50 Lipídios (g): 25,30 Carboidrato (g): 161,81 Cálcio (mg): 355,64 Ferro (mg): 4,63 Retinol (mg): 412,19 Vitamina C (mg): 89,32 Energia (Kcal): 1028,96

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"> <li>● CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR 120ML</li> <li>● PÃO SEM GLÚTEN 37,5G</li> <li>● MANTEIGA 5G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● LEITE 150ML</li> <li>● PÃO SEM GLÚTEN 37,5G</li> <li>● QUEIJO 20G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● SUCO DE MAÇÃ 150ML</li> <li>● PÃO SEM GLÚTEN 37,5G</li> <li>● MANTEIGA 5G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● VITAMINA DE BANANA COM CACAU 150ML</li> <li>● PÃO SEM GLÚTEN 37,5G</li> <li>● QUEIJO 20G</li> </ul>		
COLAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> <li>● MELÃO 170G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● PERA (1 un / 150G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● MELÃO 170G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> </ul>		
ALMOÇO	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ARROZ 95G</li> <li>● FEIJÃO PRETO 100G</li> <li>● ISCAS DE CARNE REFOGADAS 48G</li> <li>● BETERRABA COZIDA 50G</li> <li>● SALADA DE TOMATE 40G</li> <li>● LARANJA (1 un / 150G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ARROZ 95G</li> <li>● FEIJÃO CARIOCA 100G</li> <li>● FRANGO AO SUGO 56G</li> <li>● BRÓCOLIS COZIDO 50G</li> <li>● SALADA DE ALFACE 15G</li> <li>● MELANCIA 340G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ARROZ 95G</li> <li>● FEIJÃO PRETO 100G</li> <li>● PICADINHO DE CARNE 56G</li> <li>● MACARRÃO SEM GLÚTEN AO ALHO E ÓLEO 65G</li> <li>● SALADA DE ABOBRINHA 30G</li> <li>● MAÇÃ (1 un / 137G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ARROZ 95G</li> <li>● FEIJÃO CARIOCA 100G</li> <li>● PEITO DE FRANGO À MILANESA SEM GLÚTEN 60G</li> <li>● BATATA, CENOURA E CHUCHU REFOGADOS 40G</li> <li>● CAQUI (1 un / 180G)</li> <li>● SALADA DE PEPINO 35G</li> </ul>		
LANCHE	<ul style="list-style-type: none"> <li>● SUCO DE UVA 150ML</li> <li>● SANDUÍCHE SEM GLÚTEN DE QUEIJO COM ALFACE E TOMATE 70G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● VITAMINA DE MORANGO 150ML</li> <li>● BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● MAMÃO 122G</li> <li>● FLOCOS DE ARROZ SEM GLÚTEN 15G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● SUCO DE LARANJA 150ML</li> <li>● BOLO DE CACAU SEM AÇÚCAR, GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 60G</li> </ul>		
JANTAR	<ul style="list-style-type: none"> <li>● PURÊ DE BATATA - JANTAR 120G</li> <li>● ISCAS DE FRANGO COM TOMATE 54G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● POLENTA - JANTAR 120G</li> <li>● CARNE MOÍDA AO SUGO 56G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● CANJA 200G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● SOPA DE ABÓBORA, CARNE E MACARRÃO SEM GLÚTEN E OVOS 180G</li> </ul>		
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 55,24 Lipídios (g): 26,85 Carboidrato (g): 202,97 Cálcio (mg): 427,11 Ferro (mg): 6,26 Retinol (mg): 716,20 Vitamina C (mg): 146,41 Energia (Kcal): 1244,57					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 48,27 Lipídios (g): 24,04 Carboidrato (g): 184,40 Cálcio (mg): 382,71 Ferro (mg): 5,66 Retinol (mg): 550,91 Vitamina C (mg): 126,67 Energia (Kcal): 1123,04					