

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
ALMOÇO			<ul style="list-style-type: none"> ● ARROZ 110G ● FEIJÃO PRETO 90G ● ISCAS DE FRANGO AO SUGO 90G ● BATATA PALHA 25G ● SALADA DE TOMATE 60G ● MAÇÃ (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● ARROZ 110G ● FEIJÃO CARIOCA 90G ● FRANGO AO MOLHO 110G ● PURÊ DE AIPIM 65G ● SALADA DE BRÓCOLIS COM TOMATE 55G ● CAQUI (1 un / 120G) 	FERIADO - SEXTA-FEIRA SANTA	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 38,48 Lipídios (g): 23,51 Carboidrato (g): 110,87 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 105,39 Vitamina C (mg): 69,08 Energia (Kcal): 802,54					

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 ● FEIJÃO PRETO 90G ● PEITO DE FRANGO GRELHADO (1 un / 80G) ● ABOBRINHA REFOGADA 35G ● SALADA DE CENOURA RALADA COM LIMÃO 25G ● MELANCIA 150G 	<ul style="list-style-type: none"> ● ARROZ 110G ● FEIJÃO CARIOCA 90G ● FRANGO ASSADO 110G ● SALADA DE REPOLHO AO VINAGRETE 40G ● SALADA DE FRUTAS SEM BANANA 100G ● ABÓBORA REFOGADA 35G 	<ul style="list-style-type: none"> ● ARROZ INTEGRAL 80G ● FEIJÃO PRETO 90G ● FRANGO COM CENOURA E PIMENTÃO 150G ● PURÊ DE BATATA SEM LEITE 40G ● SALADA DE BETERRABA RALADA 25G ● ABACAXI 100G 	<ul style="list-style-type: none"> ● ARROZ 110G ● FEIJÃO CARIOCA 90G ● ISCAS DE FRANGO AO SUGO 90G ● FAROFA DE COUVE 30G ● SALADA DE PEPINO COM TOMATE 45G ● CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● ARROZ 110G ● FEIJÃO PRETO 90G ● FRANGO ASSADO 110G ● POLENTA CREMOSA 60G ● LARANJA (1 un / 100G) ● SALADA DE ALFACE 15G 	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 37,19 Lipídios (g): 21,69 Carboidrato (g): 82,45 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 338,45 Vitamina C (mg): 65,48 Energia (Kcal): 670,59					

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 ● FEIJÃO CARIOCA 90G ● FRANGO AO MOLHO 110G ● BATATA PALHA 25G ● SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 40G ● LARANJA (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● ARROZ 110G ● FEIJÃO PRETO 90G ● ISCAS DE FRANGO AO SUGO 90G ● MACARRÃO SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA ALHO E ÓLEO 80G ● SALADA DE CHUCHU COM CENOURA 30G ● MAÇÃ (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● ARROZ 110G ● FEIJÃO CARIOCA 90G ● PEITO DE FRANGO GRELHADO (1 un / 80G) ● FAROFA DE COUVE 30G ● SALADA DE PEPINO COM TOMATE 45G ● SALADA DE FRUTAS SEM BANANA 100G 	<ul style="list-style-type: none"> ● ARROZ 110G ● FEIJÃO PRETO 90G ● PEITO DE FRANGO GRELHADO (1 un / 80G) ● BATATA, CENOURA E CHUCHU REFOGADOS 40G ● SALADA DE ACELGA COM LIMÃO 30G ● MELANCIA 150G 	<ul style="list-style-type: none"> ● ARROZ 110G ● FEIJÃO CARIOCA 90G ● ISCAS DE FRANGO AO SUGO 90G ● QUIRERA 70G ● SALADA DE ALFACE 15G ● ABACAXI 100G 	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 40,37 Lipídios (g): 18,48 Carboidrato (g): 92,18 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 157,40 Vitamina C (mg): 66,51 Energia (Kcal): 691,96					

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 ● FEIJÃO PRETO 90G ● FRANGO AO MOLHO 110G ● BATATA PALHA 25G ● SALADA DE PEPINO 40G ● LARANJA (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● ARROZ 110G ● FEIJÃO CARIOCA 90G ● PEITO DE FRANGO GRELHADO (1 un / 80G) ● PURÊ DE BATATA SEM LEITE 40G ● SALADA DE TOMATE 60G ● MELANCIA 150G 	<ul style="list-style-type: none"> ● ARROZ 110G ● FEIJÃO PRETO 90G ● FAROFA DE ESPINAFRE 30G ● SALADA DE REPOLHO 40G ● CAQUI (1 un / 120G) ● CARNE PICADINHA COM AIPIM 100G 	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 37,52 Lipídios (g): 20,94 Carboidrato (g): 94,91 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 42,45 Vitamina C (mg): 66,05 Energia (Kcal): 714,98					

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 ● FEIJÃO CARIOCA 90G ● PEITO DE FRANGO À MILANESA (1 un / 100G) ● VAGEM REFOGADA 40G ● SALADA DE TOMATE 60G ● MELANCIA 150G 	<ul style="list-style-type: none"> ● ARROZ 110G ● FEIJÃO PRETO 90G ● 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 ● FEIJÃO CARIOCA 90G ● FRANGO AO MOLHO 110G ● POLENTA CREMOSA 60G ● SALADA DE CENOURA COZIDA 40G ● SALADA DE FRUTAS SEM BANANA 100G 	<ul style="list-style-type: none"> ● ARROZ 110G ● FEIJÃO PRETO 90G ● ISCAS DE FRANGO AO SUGO 90G ● SALADA DE ALFACE 15G ● BATATA DOCE ASSADA 40G ● PONKAN (1 un / 80G) 		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 39,25 Lipídios (g): 16,60 Carboidrato (g): 84,68 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 837,96 Vitamina C (mg): 53,33 Energia (Kcal): 641,34					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 38,65 Lipídios (g): 19,85 Carboidrato (g): 90,44 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 324,69 Vitamina C (mg): 63,66 Energia (Kcal): 690,95					