

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
ALMOÇO			<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • ALMÔNDEGAS DE CARNE ASSADAS AO SUGO 100G • AIPIM SAUTÉ 85G • SALADA DE TOMATE 60G • LARANJA (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • FRICASSÉ DE FRANGO 90G • BATATA PALHA 25G • SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 40G • LARANJA (1 un / 100G) 	FERIADO - SEXTA-FEIRA SANTA	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 33,96 Lipídios (g): 17,28 Carboidrato (g): 103,96 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 36,54 Vitamina C (mg): 99,84 Energia (Kcal): 701,18					

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 CARIOCA 90G • BARREADO 90G • POLENTA CREMOSA 60G • SALADA DE ALFACE 15G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • FRANGO AO MOLHO 110G • BATATA SAUTÉ 55G • SALADA DE PEPINO 40G • LARANJA (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • PICADINHO DE CARNE 80G • SALADA DE REPOLHO 40G • LARANJA (1 un / 100G) • ABÓBORA REFOGADA 35G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • ALMÔNDEGAS DE FRANGO ASSADAS AO SUGO 100G • BATATA SAUTÉ 55G • SALADA DE BETERRABA RALADA 25G • MAÇÃ (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • FRANGO AO MOLHO 110G • ABOBRINHA REFOGADA 35G • SALADA DE CENOURA COZIDA 40G • LARANJA (1 un / 100G) 	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 35,69 Lipídios (g): 16,64 Carboidrato (g): 79,51 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 303,27 Vitamina C (mg): 52,53 Energia (Kcal): 610,63					

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 PRETO 90G • FRANGO AO MOLHO 110G • BATATA REFOGADA 50G • SALADA DE PEPINO 40G • LARANJA (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • STROGONOFF DE CARNE 90G • 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 • BIFE COM MOLHO 100G • POLENTA CREMOSA 60G • SALADA DE ACELGA COM LIMÃO 30G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • ISCAS DE FRANGO AO SUGO 90G • MACARRÃO PARAFUSO ALHO E ÓLEO 80G • SALADA DE CENOURA RALADA COM LIMÃO 25G • LARANJA (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • BIFE COM MOLHO 100G • SALADA DE TOMATE 60G • BATATA DOCE ASSADA 40G • MAÇÃ (1 un / 100G) 	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 36,52 Lipídios (g): 17,11 Carboidrato (g): 89,96 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 620,54 Vitamina C (mg): 61,00 Energia (Kcal): 658,43					

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 CARIOCA 90G • FRANGO AO MOLHO 110G • BATATA SAUTÉ 55G • LARANJA (1 un / 100G) • SALADA DE TOMATE 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • PICADINHO DE CARNE 80G • POLENTA CREMOSA 60G • SALADA DE REPOLHO 40G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • STROGONOFF DE CARNE 90G • BATATA PALHA 25G • SALADA DE PEPINO 40G • MAÇÃ (1 un / 100G) 	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 35,64 Lipídios (g): 18,69 Carboidrato (g): 89,42 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 25,07 Vitamina C (mg): 53,30 Energia (Kcal): 664,87					

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 110G • FEIJÃO PRETO 90G • ALMÔNDEGAS DE CARNE ASSADAS AO SUGO 100G • BATATA SAUTÉ 55G • SALADA DE CENOURA RALADA COM LIMÃO 25G • LARANJA (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • QUIBE ASSADO COM MOLHO 100G • SALADA DE TOMATE 60G • SALADA DE PEPINO 40G • LARANJA (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • FRICASSÉ DE FRANGO 90G • BATATA REFOGADA 50G • SALADA DE ALFACE 15G • LARANJA (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • FRANGO AO MOLHO 110G • ABOBRINHA REFOGADA 35G • SALADA DE BETERRABA COM LIMÃO 50G • MAÇÃ (1 un / 100G) 		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 36,02 Lipídios (g): 17,45 Carboidrato (g): 78,16 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 112,59 Vitamina C (mg): 62,72 Energia (Kcal): 609,79					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 35,79 Lipídios (g): 17,32 Carboidrato (g): 86,11 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 274,62 Vitamina C (mg): 62,00 Energia (Kcal): 641,13					