

Observações						
Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 01/12	Terça-Feira, 02/12	Quarta-Feira, 03/12	Quinta-Feira, 04/12	Sexta-Feira, 05/12	Sábado, 06/12
ALMOÇO	• ARROZ BRANCO (60G) 60G FEN 66,52 • BETERRABA COZIDA (20) 20G FEN 9,00 • BATATA COZIDA (30) 30G FEN 26,07 • SALADA DE ALFACE 15G FEN 7,97 • SAGU DE UVA 100G FEN 1,77	• ARROZ BRANCO (60G) 60G FEN 66,52 • FAROFA DE ESPINAFRE 30G FEN 56,21 • SALADA DE BETERRABA COZIDA 30G FEN 15,43 • ABACAXI 100G FEN 31,90	• ARROZ BRANCO (60G) 60G FEN 66,52 • PURÊ DE AIPIM 65G FEN 13,91 • CENOURA REFOGADA 30G FEN 19,67 • SALADA DE PEPINO 40G FEN 13,24 • SALADA DE FRUTAS 100G FEN 30,24	• ARROZ BRANCO (60G) 60G FEN 66,52 • MACARRÃO PARAFUSO, ABOBRINHA E CENOURA FENIL (30) 30G FEN 24,69 • CHUCHU REFOGADO 40G FEN 13,65 • SALADA DE REPOLHO COM LIMÃO 40G FEN 19,77 • LARANJA (1 un / 100G) FEN 30,00	• ARROZ BRANCO (60G) 60G FEN 66,52 • BRÓCOLIS COZIDO (22) 22G FEN 28,47 • BATATA SALSA COZIDA 40G FEN 22,26 • SALADA DE TOMATE 60G FEN 22,88 • PÊSSEGO (1 un / 80G) FEN 28,00	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 5,06 Lipídios (g): 2,75 Carboidrato (g): 64,43 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 172,77 Vitamina C (mg): 57,13 Energia (Kcal): 296,51					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 08/12	Terça-Feira, 09/12	Quarta-Feira, 10/12	Quinta-Feira, 11/12	Sexta-Feira, 12/12	Sábado, 13/12
ALMOÇO	• ARROZ BRANCO (60G) 60G FEN 66,52 • SALADA DE TOMATE 60G FEN 22,88 • FAROFA DE COUVE 30G FEN 62,15 • SALADA DE CENOURA RALADA COM LIMÃO 25G FEN 12,23 • MELÃO 150G FEN 24,89	• ARROZ BRANCO (60G) 60G FEN 66,52 • BETERRABA COZIDA (20) 20G FEN 9,00 • BATATA DOCE COZIDA (35) 35G FEN 30,00 • SALADA DE ALFACE 15G FEN 7,97 • ABACAXI 100G FEN 31,90	• ARROZ BRANCO (60G) 60G FEN 66,52 • PURÊ DE BATATA SEM LEITE 40G FEN 52,14 • CENOURA REFOGADA 30G FEN 19,67 • SALADA DE PEPINO COM LIMÃO 40G FEN 14,08 • PÊSSEGO (1 un / 80G) FEN 28,00	• ARROZ BRANCO (60G) 60G FEN 66,52 • MACARRÃO PARAFUSO, ABOBRINHA E CENOURA FENIL (30) 30G FEN 24,69 • SALADA DE BETERRABA RALADA 25G FEN 9,32 • SALADA DE ALFACE COM LIMÃO 23G FEN 10,20 • ABACAXI 100G FEN 31,90	• ARROZ BRANCO (60G) 60G FEN 66,52 • FARINHA DE MANDIOCA TORRADA 35G FEN 12,72 • SALADA DE FRUTAS 100G FEN 30,24 • PURÊ DE AIPIM (50) 50G FEN 11,54 • BRÓCOLIS COZIDO (22) 22G FEN 28,47	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 5,60 Lipídios (g): 6,81 Carboidrato (g): 72,05 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 660,60 Vitamina C (mg): 68,93 Energia (Kcal): 363,10					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 15/12	Terça-Feira, 16/12	Quarta-Feira, 17/12	Quinta-Feira, 18/12	Sexta-Feira, 19/12	Sábado, 20/12
ALMOÇO	• ARROZ BRANCO (60G) 60G FEN 66,52 • BATATA PALHA 25G FEN 86,04 • SALADA DE ALFACE 15G FEN 7,97 • AMEIXA (1 un / 42G) FEN 18,06 • MACARRÃO PARAFUSO, ABOBRINHA E CENOURA FENIL (30) 30G FEN 24,69	• ARROZ BRANCO (60G) 60G FEN 66,52 • FAROFA DE COUVE 30G FEN 62,15 • SALADA DE TOMATE 60G FEN 22,88 • MELANCIA 150G FEN 10,29 • BATATA COZIDA (30) 30G FEN 26,07	• ARROZ BRANCO (60G) 60G FEN 66,52 • PURÊ DE CENOURA 40G FEN 28,56 • SALADA DE PEPINO 40G FEN 13,24 • LARANJA (1 un / 100G) FEN 30,00 • BRÓCOLIS COZIDO (30) 30G FEN 38,25	• ARROZ BRANCO (60G) 60G FEN 66,52 • COUVE-FLOR COZIDA 50G FEN 56,89 • SALADA DE CENOURA RALADA COM LIMÃO 25G FEN 12,23 • SALADA DE FRUTAS 100G FEN 30,24 • FAROFA DE REPOLHO FENIL (30) 30G FEN 14,96	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 6,04 Lipídios (g): 8,31 Carboidrato (g): 58,37 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 311,67 Vitamina C (mg): 70,24 Energia (Kcal): 325,09					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 5,53 Lipídios (g): 5,79 Carboidrato (g): 65,42 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 386,68 Vitamina C (mg): 65,09 Energia (Kcal): 328,46					