

Observações						
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					FERIADO - DIA DO TRABALHADOR	• MAMÃO 60G
COLAÇÃO					FERIADO - DIA DO TRABALHADOR	• MAÇÃ 75G
ALMOÇO					FERIADO - DIA DO TRABALHADOR	
LANCHE					FERIADO - DIA DO TRABALHADOR	
JANTAR					FERIADO - DIA DO TRABALHADOR	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 1,03 Lipídios (g): 0,11 Carboidrato (g): 25,55 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 81,31 Vitamina C (mg): 73,09 Energia (Kcal): 96,33					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 04/05	Terça-Feira, 05/05	Quarta-Feira, 06/05	Quinta-Feira, 07/05	Sexta-Feira, 08/05	Sábado, 09/05
DESJEJUM	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA 190ML • PÃO SEM LEITE 25G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA 190ML • PÃO SEM LEITE 25G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA 190ML • PÃO SEM LEITE 25G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA 190ML • PÃO SEM LEITE 25G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA 190ML • MUFFIN DE MAÇÃ E UVA PASSA SEM AÇÚCAR 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • MELÃO 119G
COLAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ 75G 	<ul style="list-style-type: none"> • BANANA PRATA 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • MAMÃO 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • MELÃO 119G 	<ul style="list-style-type: none"> • MAMÃO 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ 75G
ALMOÇO	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 75G • FEIJÃO CARIOCA 60G • CHUCHU REFOGADO 35G • OVOS MEXIDOS 40G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 75G • FEIJÃO PRETO 60G • CENOURA REFOGADA 40G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 75G • FEIJÃO CARIOCA 60G • PURÊ DE BATATA SEM LEITE 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 75G • COUVE-FLOR REFOGADA 40G • FEIJÃO PRETO 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 75G • FEIJÃO CARIOCA 60G • ABOBRINHA REFOGADA 50G 	
LANCHE	<ul style="list-style-type: none"> • MELÃO 119G 	<ul style="list-style-type: none"> • PERA COZIDA 75G 	<ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ COZIDA 105G 	<ul style="list-style-type: none"> • PAPHINHA DE FRUTAS COZIDAS SEM AÇÚCAR 80G 	<ul style="list-style-type: none"> • BANANA PRATA 100G 	
JANTAR	<ul style="list-style-type: none"> • RISOTO DE LEGUMES 180G 	<ul style="list-style-type: none"> • RISOTO DE LEGUMES 180G 	<ul style="list-style-type: none"> • PAPA DE BATATA DOCE, BETERRABA E COUVE 180G 	<ul style="list-style-type: none"> • PAPA DE ABÓBORA, ABOBRINHA, ARROZ E BATATA 200G 	<ul style="list-style-type: none"> • PAPA DE CENOURA, COUVE, FUBÁ E CARNE 200G 	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 20,09 Lipídios (g): 6,01 Carboidrato (g): 111,15 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 352,05 Vitamina C (mg): 54,86 Energia (Kcal): 527,12					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 11/05	Terça-Feira, 12/05	Quarta-Feira, 13/05	Quinta-Feira, 14/05	Sexta-Feira, 15/05	Sábado, 16/05
DESJEJUM	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA 190ML • PÃO SEM LEITE 25G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA 190ML • PÃO SEM LEITE 25G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA 190ML • PÃO SEM LEITE 25G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA 190ML • BOLO DE BANANA COM AVEIA SEM AÇÚCAR 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA 190ML • PÃO SEM LEITE 25G 	
COLAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> • MELÃO 119G 	<ul style="list-style-type: none"> • BANANA PRATA 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • MELÃO 119G 	<ul style="list-style-type: none"> • PERA 119G 	<ul style="list-style-type: none"> • BANANA PRATA 100G 	
ALMOÇO	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 75G • FEIJÃO CARIOCA 60G • VAGEM REFOGADA 25G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 75G • FEIJÃO PRETO 60G • BETERRABA COZIDA 30G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 75G • FEIJÃO CARIOCA 60G • POLENTA 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 75G • FEIJÃO PRETO 60G • QUIBEBE 40G • OVOS MEXIDOS 40G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 75G • FEIJÃO CARIOCA 60G • CHUCHU REFOGADO 35G 	
LANCHE	<ul style="list-style-type: none"> • PERA COZIDA 75G 	<ul style="list-style-type: none"> • MAMÃO 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ COZIDA 105G 	<ul style="list-style-type: none"> • MELÃO 119G 	<ul style="list-style-type: none"> • MAMÃO 60G 	
JANTAR	<ul style="list-style-type: none"> • PAPA DE ABOBRINHA, BATATA, BETERRABA E MACARRÃO SEM OVOS 180G 	<ul style="list-style-type: none"> • PAPA DE ABÓBORA, BATATA SALSAS E COUVE 180G 	<ul style="list-style-type: none"> • PAPA DE BATATA SALSAS, CENOURA E ESPINAFRE 180G 	<ul style="list-style-type: none"> • PAPA DE ABOBRINHA, BATATA, BETERRABA E MACARRÃO SEM OVOS 180G 	<ul style="list-style-type: none"> • PAPA DE BATATA SALSAS, CENOURA E ESCAROLA 180G 	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 22,44 Lipídios (g): 7,01 Carboidrato (g): 132,43 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 646,16 Vitamina C (mg): 56,44 Energia (Kcal): 630,55					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 18/05	Terça-Feira, 19/05	Quarta-Feira, 20/05	Quinta-Feira, 21/05	Sexta-Feira, 22/05	Sábado, 23/05
DESJEJUM	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA 190ML • PÃO SEM LEITE 25G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA 190ML • PÃO SEM LEITE 25G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA 190ML • PÃO SEM LEITE 25G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA 190ML • PÃO SEM LEITE 25G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA 190ML • MUFFIN DE MAÇÃ E UVA PASSA SEM AÇÚCAR 60G 	
COLAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ 75G 	<ul style="list-style-type: none"> • BANANA PRATA 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • MELÃO 119G 	<ul style="list-style-type: none"> • BANANA PRATA 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ 75G 	
ALMOÇO	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 75G • BATATA, CENOURA E CHUCHU REFOGADOS 40G • OVOS MEXIDOS 40G • FEIJÃO CARIOCA 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 75G • PURÊ DE BATATA SEM LEITE 50G • FEIJÃO PRETO 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 75G • COUVE-FLOR REFOGADA 40G • FEIJÃO CARIOCA 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 75G • BETERRABA COZIDA 30G • FEIJÃO PRETO 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 75G • CENOURA REFOGADA 40G • FEIJÃO CARIOCA 60G 	
LANCHE	<ul style="list-style-type: none"> • PERA COZIDA 75G 	<ul style="list-style-type: none"> • MAMÃO 60G • AVEIA EM FLOCOS FINOS 10G 	<ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ COZIDA 105G 	<ul style="list-style-type: none"> • MAMÃO 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • PERA COZIDA 75G 	
JANTAR	<ul style="list-style-type: none"> • PAPA DE BATATA DOCE, CHUCHU E ESPINAFRE 180G 	<ul style="list-style-type: none"> • PAPA DE ABÓBORA, BATATA E ESPINAFRE 180G 	<ul style="list-style-type: none"> • PAPA DE ABÓBORA, BATATA SALSA E COUVE 180G 	<ul style="list-style-type: none"> • PAPA DE BATATA SALSA, CENOURA E ESPINAFRE 180G 	<ul style="list-style-type: none"> • PAPA DE BATATA SALSA, CENOURA E ESCAROLA 180G 	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 21,76 Lipídios (g): 7,10 Carboidrato (g): 129,23 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 841,98 Vitamina C (mg): 63,00 Energia (Kcal): 616,43					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 25/05	Terça-Feira, 26/05	Quarta-Feira, 27/05	Quinta-Feira, 28/05	Sexta-Feira, 29/05	Sábado, 30/05
DESJEJUM	• LEITE DE SOJA 190ML • PÃO SEM LEITE 25G	• LEITE DE SOJA 190ML • PÃO SEM LEITE 25G	• LEITE DE SOJA 190ML • PÃO SEM LEITE 25G	• LEITE DE SOJA 190ML • PÃO SEM LEITE 25G	• LEITE DE SOJA 190ML • PÃO SEM LEITE 25G	
COLAÇÃO	• MELÃO 119G	• MAMÃO 60G	• BANANA PRATA 100G	• MAMÃO 60G	• MAÇÃ 75G	
ALMOÇO	• ARROZ 75G • BRÓCOLIS COZIDO 40G • FEIJÃO PRETO 60G	• ARROZ 75G • ABOBRINHA REFOGADA 50G • FEIJÃO CARIOCA 60G	• ARROZ 75G • POLENTA 100G • FEIJÃO PRETO 60G	• ARROZ 75G • VAGEM REFOGADA 25G • FEIJÃO CARIOCA 60G	• ARROZ 75G • QUIRERA 60G • FEIJÃO PRETO 60G	
LANCHE	• MAÇÃ COZIDA 105G	• PAPHINHA DE FRUTAS COZIDAS SEM AÇÚCAR 80G	• MELÃO 119G	• PERA COZIDA 75G	• MUFFIN DE MAÇÃ E UVA PASSA SEM AÇÚCAR 60G • LEITE DE SOJA 190ML	
JANTAR	• PAPA DE ABOBRINHA, BATATA, BETERRABA E MACARRÃO SEM OVOS 180G	• RISOTO DE LEGUMES 180G	• PAPA DE ABÓBORA, ABOBRINHA, ARROZ E BATATA 200G	• PAPA DE BATATA SALSA, CENOURA E ESCAROLA 180G	• PAPA DE BATATA SALSA, CENOURA E ESCAROLA 180G	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 23,41 Lipídios (g): 6,85 Carboidrato (g): 132,37 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 371,09 Vitamina C (mg): 53,42 Energia (Kcal): 630,49					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 20,89 Lipídios (g): 6,41 Carboidrato (g): 121,03 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 522,26 Vitamina C (mg): 57,57 Energia (Kcal): 574,84					