

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
DESJEJUM			<ul style="list-style-type: none"> • PÃO DE LEITE 37,5G • MANTEIGA 5G • VITAMINA DE BANANA COM CACAU 150ML 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO DE MAÇÃ 150ML • QUEIJO 20G • PÃO DE LEITE 37,5G 	FERIADO - SEXTA-FEIRA SANTA	
COLAÇÃO			<ul style="list-style-type: none"> • BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	<ul style="list-style-type: none"> • BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	FERIADO - SEXTA-FEIRA SANTA	
ALMOÇO			<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G • PEITO DE FRANGO À MILANESA 60G • PURÊ DE BATATA 60G • SALADA DE TOMATE 40G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G • PURÊ DE BATATA 60G • SALADA DE BETERRABA 28G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	FERIADO - SEXTA-FEIRA SANTA	
LANCHE			<ul style="list-style-type: none"> • LEITE 150ML • BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	<ul style="list-style-type: none"> • BANANA CATURRA (1 un / 182G) • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G 	FERIADO - SEXTA-FEIRA SANTA	
JANTAR			<ul style="list-style-type: none"> • PURÊ DE BATATA - JANTAR 120G 	<ul style="list-style-type: none"> • PURÊ DE BATATA - JANTAR 120G 	FERIADO - SEXTA-FEIRA SANTA	

Tabela Nutricional

Cálculo Semanal Proteína (g): 58,16 Lipídios (g): 28,91 Carboidrato (g): 272,72 Cálcio (mg): 480,19 Ferro (mg): 7,24 Retinol (mg): 253,92 Vitamina C (mg): 101,78 Energia (Kcal): 1517,47

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"> • LEITE 150ML • PÃO FRANCÊS 37,5G • MANTEIGA 5G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO DE UVA 150ML • PÃO DE LEITE 37,5G • QUEIJO 20G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE 150ML • BISCOITO CREAM CRAKER 30G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO DE LARANJA 150ML • PÃO DE LEITE 37,5G • MANTEIGA 5G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE 150ML • PÃO FRANCÊS 37,5G • QUEIJO 20G 	<ul style="list-style-type: none"> • BANANA CATURRA (1 un / 182G)
COLAÇÃO	• BANANA CATURRA (1 un / 182G)	• BANANA CATURRA (1 un / 182G)	• BANANA CATURRA (1 un / 182G)	• BANANA CATURRA (1 un / 182G)	• BANANA CATURRA (1 un / 182G)	• BANANA CATURRA (1 un / 182G)
ALMOÇO	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G • PEITO DE FRANGO À MILANESA 60G • PURÊ DE BATATA 60G • SALADA DE TOMATE 40G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G • PURÊ DE BATATA 60G • SALADA DE CENOURA 25G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G • PURÊ DE BATATA 60G • SALADA DE ALFACE 15G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G • PURÊ DE BATATA 60G • SALADA DE ABOBRINHA 30G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	<ul style="list-style-type: none"> • PEITO DE FRANGO À MILANESA 60G • PURÊ DE BATATA 60G • SALADA DE CHUCHU 20G • ARROZ 95G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) • FEIJÃO PRETO 100G 	
LANCHE	<ul style="list-style-type: none"> • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G • LEITE 150ML 	<ul style="list-style-type: none"> • BANANA CATURRA (1 un / 182G) • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO DE MAÇÃ 150ML • BISCOITO CREAM CRAKER 30G • MAÇÃ (1 un / 137G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO DE MAÇÃ 150ML • BISCOITO CREAM CRAKER 30G • MAÇÃ (1 un / 137G) 	<ul style="list-style-type: none"> • BANANA CATURRA (1 un / 182G) • LEITE 150ML 	
JANTAR	• PURÊ DE BATATA - JANTAR 120G	• PURÊ DE BATATA - JANTAR 120G	• PURÊ DE BATATA - JANTAR 120G	• PURÊ DE BATATA - JANTAR 120G	• PURÊ DE BATATA - JANTAR 120G	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 47,29 Lipídios (g): 23,63 Carboidrato (g): 225,42 Cálcio (mg): 363,99 Ferro (mg): 6,08 Retinol (mg): 244,22 Vitamina C (mg): 107,33 Energia (Kcal): 1253,25					

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"> • LEITE 150ML • PÃO DE LEITE 37,5G • MANTEIGA 5G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE 150ML • PÃO FRANCÊS 37,5G • QUEIJO 20G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO DE UVA 150ML • PÃO DE LEITE 37,5G • MANTEIGA 5G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE 150ML • PÃO DE LEITE 37,5G • QUEIJO 20G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO DE LARANJA 150ML • PÃO DE LEITE 37,5G • MANTEIGA 5G 	<ul style="list-style-type: none"> • BANANA CATURRA (1 un / 182G)
COLAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> • BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	<ul style="list-style-type: none"> • BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	<ul style="list-style-type: none"> • BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	<ul style="list-style-type: none"> • BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	<ul style="list-style-type: none"> • BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	<ul style="list-style-type: none"> • BANANA CATURRA (1 un / 182G)
ALMOÇO	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G • PEITO DE FRANGO À MILANESA 60G • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65G • SALADA DE TOMATE 40G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G • PURÊ DE BATATA 60G • SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 15G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G • PEITO DE FRANGO À MILANESA 60G • PURÊ DE BATATA 60G • SALADA DE ALFACE 15G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G • PURÊ DE BATATA 60G • SALADA DE PEPINO 35G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G • PURÊ DE BATATA 60G • SALADA DE ACELGA 20G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	
LANCHE	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO DE UVA 150ML • PÃO DE LEITE 37,5G • RECHEIO DE CARNE MOÍDA 35,5G • MAÇÃ (1 un / 137G) 	<ul style="list-style-type: none"> • BANANA CATURRA (1 un / 182G) • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE 150ML • BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO DE MAÇÃ 150ML • BISCOITO CREAM CRAKER 30G • MAÇÃ (1 un / 137G) 	<ul style="list-style-type: none"> • IOGURTE DE MORANGO 180ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G • MAÇÃ (1 un / 137G) 	
JANTAR	<ul style="list-style-type: none"> • PURÊ DE BATATA - JANTAR 120G 	<ul style="list-style-type: none"> • PURÊ DE BATATA - JANTAR 120G 	<ul style="list-style-type: none"> • PURÊ DE BATATA - JANTAR 120G 	<ul style="list-style-type: none"> • PURÊ DE BATATA - JANTAR 120G 	<ul style="list-style-type: none"> • PURÊ DE BATATA - JANTAR 120G 	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 50,08 Lipídios (g): 23,37 Carboidrato (g): 235,60 Cálcio (mg): 366,04 Ferro (mg): 6,22 Retinol (mg): 210,06 Vitamina C (mg): 112,40 Energia (Kcal): 1301,78					

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"> • LEITE 150ML • PÃO DE LEITE 37,5G • MANTEIGA 5G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO DE UVA 150ML • PÃO DE LEITE 37,5G • QUEIJO 20G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE 150ML • PÃO FRANCÊS 37,5G • MANTEIGA 5G 	<ul style="list-style-type: none"> • BANANA CATURRA (1 un / 182G)
COLAÇÃO	RECESSO - TIRADENTES	FERIADO - TIRADENTES	<ul style="list-style-type: none"> • BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	<ul style="list-style-type: none"> • BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	<ul style="list-style-type: none"> • BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	<ul style="list-style-type: none"> • BANANA CATURRA (1 un / 182G)
ALMOÇO	RECESSO - TIRADENTES	FERIADO - TIRADENTES	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G • PURÊ DE BATATA 60G • SALADA DE TOMATE 40G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G • PEITO DE FRANGO À MILANESA 60G • PURÊ DE BATATA 60G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) • SALADA DE VAGEM COM CENOURA 30G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65G • SALADA DE ACELGA 20G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	
LANCHE	RECESSO - TIRADENTES	FERIADO - TIRADENTES	<ul style="list-style-type: none"> • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G • LEITE 150ML • MAÇÃ (1 un / 137G) 	<ul style="list-style-type: none"> • BANANA CATURRA (1 un / 182G) • IOGURTE DE MORANGO 180ML 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO DE MAÇÃ 150ML • BISCOITO CREAM CRAKER 30G • MAÇÃ (1 un / 137G) 	
JANTAR	RECESSO - TIRADENTES	FERIADO - TIRADENTES	<ul style="list-style-type: none"> • PURÊ DE BATATA - JANTAR 120G 	<ul style="list-style-type: none"> • PURÊ DE BATATA - JANTAR 120G 	<ul style="list-style-type: none"> • PURÊ DE BATATA - JANTAR 120G 	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 44,54 Lipídios (g): 21,33 Carboidrato (g): 222,05 Cálcio (mg): 364,34 Ferro (mg): 5,84 Retinol (mg): 259,64 Vitamina C (mg): 83,36 Energia (Kcal): 1207,45					

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"> ● SUCO DE LARANJA 150ML ● PÃO DE LEITE 37,5G ● MANTEIGA 5G 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE 150ML ● PÃO FRANCÊS 37,5G ● QUEIJO 20G 	<ul style="list-style-type: none"> ● SUCO DE MAÇÃ 150ML ● PÃO DE LEITE 37,5G ● MANTEIGA 5G 	<ul style="list-style-type: none"> ● PÃO DE LEITE 37,5G ● QUEIJO 20G ● VITAMINA DE BANANA COM CACAU 150ML 		
COLAÇÃO	● BANANA CATURRA (1 un / 182G)	● BANANA CATURRA (1 un / 182G)	● BANANA CATURRA (1 un / 182G)	● BANANA CATURRA (1 un / 182G)		
ALMOÇO	<ul style="list-style-type: none"> ● PEITO DE FRANGO À MILANESA 60G ● PURÊ DE BATATA 60G ● SALADA DE TOMATE 40G ● ARROZ 95G ● FEIJÃO PRETO 100G ● BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G ● PURÊ DE BATATA 60G ● SALADA DE ALFACE 15G ● ARROZ 95G ● FEIJÃO CARIOCA 100G ● BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● PEITO DE FRANGO À MILANESA 60G ● PURÊ DE BATATA 60G ● SALADA DE ABOBRINHA 30G ● ARROZ 95G ● FEIJÃO PRETO 100G ● BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G ● MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65G ● SALADA DE PEPINO 35G ● ARROZ 95G ● FEIJÃO CARIOCA 100G ● BANANA CATURRA (1 un / 182G) 		
LANCHE	<ul style="list-style-type: none"> ● SUCO DE UVA 150ML ● BISCOITO CREAM CRAKER 30G ● MAÇÃ (1 un / 137G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE 150ML ● BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G ● BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● SUCO DE LARANJA 150ML ● BISCOITO CREAM CRAKER 30G ● MAÇÃ (1 un / 137G) 		
JANTAR	● PURÊ DE BATATA - JANTAR 120G	● PURÊ DE BATATA - JANTAR 120G	● PURÊ DE BATATA - JANTAR 120G	● PURÊ DE BATATA - JANTAR 120G		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 57,60 Lipídios (g): 28,87 Carboidrato (g): 272,24 Cálcio (mg): 419,16 Ferro (mg): 7,61 Retinol (mg): 225,74 Vitamina C (mg): 153,49 Energia (Kcal): 1518,35					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 50,42 Lipídios (g): 24,58 Carboidrato (g): 240,40 Cálcio (mg): 385,21 Ferro (mg): 6,46 Retinol (mg): 235,23 Vitamina C (mg): 112,24 Energia (Kcal): 1330,38					