

Observações						
OBSERVAÇÃO: ENVIAR TODOS OS ALIMENTOS SEPARADOS, INCLUSIVE OS RECHEIOS DOS PÃES. 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"> <li>● ARROZ 110G</li> <li>● FEIJÃO CARIOCA 90G</li> <li>● ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 80G</li> <li>● BATATA PALHA 25G</li> <li>● SALADA DE TOMATE 60G</li> <li>● MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ARROZ 110G</li> <li>● FEIJÃO PRETO 90G</li> <li>● CARNE MOÍDA REFOGADA 80G</li> <li>● FARINHA DE MANDIOCA TORRADA 35G</li> <li>● SALADA DE ALFACE COM LIMÃO 23G</li> <li>● MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul>	FERIADO - SEXTA-FEIRA SANTA	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 40,28 Lipídios (g): 20,57 Carboidrato (g): 97,84 Cálcio (mg): 67,73 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 35,83 Vitamina C (mg): 30,20 Energia (Kcal): 731,46					

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"> <li>● ARROZ 110G</li> <li>● FEIJÃO CARIOCA 90G</li> <li>● ISCAS DE CARNE REFOGADAS 80G</li> <li>● ABOBRINHA REFOGADA 35G</li> <li>● SALADA DE CENOURA RALADA COM LIMÃO 25G</li> <li>● LARANJA (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ARROZ 110G</li> <li>● FEIJÃO PRETO 90G</li> <li>● ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 80G</li> <li>● SALADA DE TOMATE 60G</li> <li>● SALADA DE REPOLHO 40G</li> <li>● BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ARROZ 110G</li> <li>● FEIJÃO CARIOCA 90G</li> <li>● ISCAS DE CARNE REFOGADAS 80G</li> <li>● BATATA SAUTÉ 55G</li> <li>● SALADA DE PEPINO 40G</li> <li>● MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ARROZ 110G</li> <li>● FEIJÃO PRETO 90G</li> <li>● CARNE MOÍDA REFOGADA 80G</li> <li>● FARINHA DE MANDIOCA TORRADA 35G</li> <li>● SALADA DE TOMATE 60G</li> <li>● BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ARROZ 110G</li> <li>● FEIJÃO CARIOCA 90G</li> <li>● CARNE MOÍDA REFOGADA 80G</li> <li>● BATATA SAUTÉ 55G</li> <li>● SALADA DE BETERRABA COM LIMÃO 50G</li> <li>● MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul>	
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 40,80 Lipídios (g): 11,75 Carboidrato (g): 90,21 Cálcio (mg): 68,06 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 73,64 Vitamina C (mg): 33,82 Energia (Kcal): 624,20					

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"> <li>● ARROZ 110G</li> <li>● FEIJÃO PRETO 90G</li> <li>● ISCAS DE CARNE REFOGADAS 80G</li> <li>● BATATA PALHA 25G</li> <li>● SALADA DE ALFACE 15G</li> <li>● LARANJA (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ARROZ 110G</li> <li>● FEIJÃO CARIOCA 90G</li> <li>● ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 80G</li> <li>● MACARRÃO SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA ALHO E ÓLEO 80G</li> <li>● SALADA DE CENOURA RALADA COM LIMÃO 25G</li> <li>● LARANJA (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ARROZ 110G</li> <li>● FEIJÃO PRETO 90G</li> <li>● CARNE MOÍDA REFOGADA 80G</li> <li>● FARINHA DE MANDIOCA TORRADA 35G</li> <li>● SALADA DE PEPINO 40G</li> <li>● BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ARROZ 110G</li> <li>● FEIJÃO CARIOCA 90G</li> <li>● PEITO DE FRANGO GRELHADO (1 un / 80G)</li> <li>● BATATA REFOGADA 50G</li> <li>● SALADA DE ACELGA COM LIMÃO 30G</li> <li>● BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ARROZ 110G</li> <li>● FEIJÃO PRETO 90G</li> <li>● ISCAS DE CARNE REFOGADAS 80G</li> <li>● BATATA SAUTÉ 55G</li> <li>● SALADA DE REPOLHO ROXO 40G</li> <li>● MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul>	
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 42,39 Lipídios (g): 15,38 Carboidrato (g): 95,61 Cálcio (mg): 73,32 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 114,66 Vitamina C (mg): 52,20 Energia (Kcal): 685,95					

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"> <li>● ARROZ 110G</li> <li>● FEIJÃO CARIOCA 90G</li> <li>● PEITO DE FRANGO GRELHADO (1 un / 80G)</li> <li>● BATATA SAUTÉ 55G</li> <li>● SALADA DE TOMATE 60G</li> <li>● BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ARROZ 110G</li> <li>● FEIJÃO PRETO 90G</li> <li>● ISCAS DE CARNE REFOGADAS 80G</li> <li>● FARINHA DE MANDIOCA TORRADA 35G</li> <li>● SALADA DE REPOLHO 40G</li> <li>● MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ARROZ 110G</li> <li>● FEIJÃO CARIOCA 90G</li> <li>● ISCAS DE CARNE REFOGADAS 80G</li> <li>● ABOBRINHA REFOGADA 35G</li> <li>● SALADA DE PEPINO 40G</li> <li>● BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 41,29 Lipídios (g): 14,73 Carboidrato (g): 97,90 Cálcio (mg): 68,32 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 19,31 Vitamina C (mg): 23,42 Energia (Kcal): 683,72					

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"> <li>● ARROZ 110G</li> <li>● FEIJÃO PRETO 90G</li> <li>● CARNE MOÍDA REFOGADA 80G</li> <li>● BATATA SAUTÉ 55G</li> <li>● SALADA DE CENOURA RALADA COM LIMÃO 25G</li> <li>● BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ARROZ 110G</li> <li>● FEIJÃO CARIOCA 90G</li> <li>● PEITO DE FRANGO GRELHADO (1 un / 80G)</li> <li>● ABOBRINHA REFOGADA 35G</li> <li>● SALADA DE ALFACE 15G</li> <li>● MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ARROZ 110G</li> <li>● FEIJÃO PRETO 90G</li> <li>● BOLINHO DE CARNE SEM GLÚTEN 90G</li> <li>● SALADA DE TOMATE 60G</li> <li>● BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ARROZ 110G</li> <li>● FEIJÃO CARIOCA 90G</li> <li>● ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 80G</li> <li>● BATATA REFOGADA 50G</li> <li>● SALADA DE BETERRABA COZIDA 30G</li> <li>● MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul>		
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 39,72 Lipídios (g): 9,12 Carboidrato (g): 85,81 Cálcio (mg): 56,68 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 100,56 Vitamina C (mg): 22,89 Energia (Kcal): 576,69					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 41,01 Lipídios (g): 13,55 Carboidrato (g): 92,72 Cálcio (mg): 67,05 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 77,55 Vitamina C (mg): 34,33 Energia (Kcal): 651,13					