

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"> • MANTEIGA 5G • PÃO DE LEITE 37,5G • VITAMINA DE BANANA COM CACAU 150ML 	<ul style="list-style-type: none"> • PÃO DE LEITE 37,5G • QUEIJO 20G • SUCO DE MAÇÃ 150ML 	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 • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G • PURÊ DE BATATA 60G • SALADA DE BETERRABA 28G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G • PEITO DE FRANGO À MILANESA 60G • PURÊ DE BATATA 60G • SALADA DE REPOLHO 15G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	FERIADO - SEXTA-FEIRA SANTA	
LANCHE			<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) 	FERIADO - SEXTA-FEIRA SANTA	
JANTAR			<ul style="list-style-type: none"> • PURÊ DE BATATA - JANTAR 120G • ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • PURÊ DE BATATA - JANTAR 120G • ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G 	FERIADO - SEXTA-FEIRA SANTA	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 66,18 Lipídios (g): 30,34 Carboidrato (g): 316,96 Cálcio (mg): 515,64 Ferro (mg): 9,37 Retinol (mg): 254,65 Vitamina C (mg): 102,93 Energia (Kcal): 1741,21					

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"> • MANTEIGA 5G • SUCO DE LARANJA 150ML • PÃO DE LEITE 37,5G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE 150ML • QUEIJO 20G • PÃO FRANCÊS 37,5G 	<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 • PURÊ DE BATATA 60G • SALADA DE TOMATE 40G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G • PURÊ DE BATATA 60G • SALADA DE ALFACE 15G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G • PURÊ DE BATATA 60G • SALADA DE ABOBRINHA 30G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) • PEITO DE FRANGO À MILANESA 60G 	<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 ALFACE COM TOMATE 35G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	
LANCHE	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE 150ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G • MAÇÃ (1 un / 137G) 	<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 MAÇÃ 150ML • BISCOITO CREAM CRAKER 30G • MAÇÃ (1 un / 137G) 	<ul style="list-style-type: none"> • IOGURTE DE MORANGO 180ML • BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO DE MAÇÃ 150ML • BISCOITO CREAM CRAKER 30G 	
JANTAR	<ul style="list-style-type: none"> • PURÊ DE BATATA - JANTAR 120G • FEIJÃO CARIOCA 100G • ARROZ 95G 	<ul style="list-style-type: none"> • PURÊ DE BATATA - JANTAR 120G • ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • PURÊ DE BATATA - JANTAR 120G • ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • PURÊ DE BATATA - JANTAR 120G • ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • PURÊ DE BATATA - JANTAR 120G • FEIJÃO CARIOCA 100G • ARROZ 95G 	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 54,22 Lipídios (g): 24,48 Carboidrato (g): 266,01 Cálcio (mg): 402,64 Ferro (mg): 7,91 Retinol (mg): 204,93 Vitamina C (mg): 108,99 Energia (Kcal): 1452,28					

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"> ● SUCO DE LARANJA 150ML ● PÃO DE LEITE 37,5G ● MANTEIGA 5G 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE 150ML ● QUEIJO 20G ● PÃO FRANCÊS 37,5G 	<ul style="list-style-type: none"> ● PÃO DE LEITE 37,5G ● MANTEIGA 5G ● SUCO DE UVA 150ML 	<ul style="list-style-type: none"> ● SUCO DE LARANJA 150ML ● PÃO FRANCÊS 37,5G ● QUEIJO 20G 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE 150ML ● PÃO DE LEITE 37,5G ● MANTEIGA 5G 	<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 ● SALADA DE TOMATE 40G ● BANANA CATURRA (1 un / 182G) ● MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65G 	<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 ● 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 ● BANANA CATURRA (1 un / 182G) ● FEIJÃO CARIOCA 100G ● PEITO DE FRANGO À MILANESA 60G ● PURÊ DE BATATA 60G ● SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 15G 	<ul style="list-style-type: none"> ● ARROZ 95G ● FEIJÃO PRETO 100G ● PEITO DE FRANGO À MILANESA 60G ● SALADA DE BETERRABA 28G ● PURÊ DE BATATA 60G ● 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 	<ul style="list-style-type: none"> ● BANANA CATURRA (1 un / 182G) ● 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"> ● IOGURTE DE MORANGO 180ML ● FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G 	<ul style="list-style-type: none"> ● SUCO DE MAÇÃ 150ML ● PÃO FRANCÊS 37,5G 	
JANTAR	<ul style="list-style-type: none"> ● PURÊ DE BATATA - JANTAR 120G ● ARROZ 95G ● FEIJÃO CARIOCA 100G 	<ul style="list-style-type: none"> ● PURÊ DE BATATA - JANTAR 120G ● FEIJÃO PRETO 100G ● ARROZ 95G 	<ul style="list-style-type: none"> ● PURÊ DE BATATA - JANTAR 120G ● ARROZ 95G ● FEIJÃO CARIOCA 100G 	<ul style="list-style-type: none"> ● PURÊ DE BATATA - JANTAR 120G ● ARROZ 95G ● FEIJÃO PRETO 100G 	<ul style="list-style-type: none"> ● PURÊ DE BATATA - JANTAR 120G ● ARROZ 95G ● FEIJÃO CARIOCA 100G 	

Tabela Nutricional

Cálculo Semanal Proteína (g): 57,20 Lipídios (g): 25,47 Carboidrato (g): 270,04 Cálcio (mg): 370,82 Ferro (mg): 8,38 Retinol (mg): 183,58 Vitamina C (mg): 127,57 Energia (Kcal): 1493,99

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"> • PÃO DE LEITE 37,5G • MANTEIGA 5G • LEITE 150ML 	<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 • PURÊ DE BATATA 60G • SALADA DE TOMATE 40G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G • PEITO DE FRANGO À MILANESA 60G • PURÊ DE BATATA 60G • SALADA DE ACELGA 20G • 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 VAGEM COM CENOURA 30G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	
LANCHE	RECESSO - TIRADENTES	FERIADO - TIRADENTES	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE 150ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G • 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"> • LEITE 150ML • BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	
JANTAR	RECESSO - TIRADENTES	FERIADO - TIRADENTES	<ul style="list-style-type: none"> • PURÊ DE BATATA - JANTAR 120G • ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • PURÊ DE BATATA - JANTAR 120G • ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • PURÊ DE BATATA - JANTAR 120G • ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G 	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 49,54 Lipídios (g): 23,21 Carboidrato (g): 245,91 Cálcio (mg): 386,88 Ferro (mg): 7,11 Retinol (mg): 278,50 Vitamina C (mg): 87,92 Energia (Kcal): 1342,46					

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"> • MANTEIGA 5G • SUCO DE LARANJA 150ML • PÃO DE LEITE 37,5G 	<ul style="list-style-type: none"> • QUEIJO 20G • LEITE 150ML • PÃO FRANCÊS 37,5G 	<ul style="list-style-type: none"> • MANTEIGA 5G • SUCO DE MAÇÃ 150ML • PÃO DE LEITE 37,5G 	<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"> • ARROZ 95G • SALADA DE TOMATE 40G • FEIJÃO PRETO 100G • PEITO DE FRANGO À MILANESA 60G • PURÊ DE BATATA 60G • 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"> • ARROZ 95G • SALADA DE ALFACE 15G • FEIJÃO PRETO 100G • PEITO DE FRANGO À MILANESA 60G • PURÊ DE BATATA 60G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G • BETERRABA COZIDA 50G • SALADA DE PEPINO 35G • 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"> • 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 LARANJA 150ML • BISCOITO CREAM CRAKER 30G • MAÇÃ (1 un / 137G) 		
JANTAR	<ul style="list-style-type: none"> • PURÊ DE BATATA - JANTAR 120G • ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • PURÊ DE BATATA - JANTAR 120G • ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • PURÊ DE BATATA - JANTAR 120G • ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • PURÊ DE BATATA - JANTAR 120G • ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G 		

Tabela Nutricional

Cálculo Semanal	Proteína (g): 64,45 Lipídios (g): 29,94 Carboidrato (g): 311,30 Cálcio (mg): 451,61 Ferro (mg): 9,45 Retinol (mg): 226,88 Vitamina C (mg): 154,29 Energia (Kcal): 1715,03
Cálculo Mensal	Proteína (g): 57,13 Lipídios (g): 26,04 Carboidrato (g): 276,32 Cálcio (mg): 410,27 Ferro (mg): 8,30 Retinol (mg): 221,00 Vitamina C (mg): 117,91 Energia (Kcal): 1517,73