

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, 01/12	Terça-Feira, 02/12	Quarta-Feira, 03/12	Quinta-Feira, 04/12	Sexta-Feira, 05/12	Sábado, 06/12
INTEGRAL MANHÃ	• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 50G • BANANA (1 un / 130G)	• SUCO POLPA DE UVA 200ML • BISCOITO DE LEITE 50G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• VITAMINA DE BANANA 180ML • BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)	• SUCO POLPA DE LARANJA 200ML • BISCOITO ROSQUINHA 50G • BANANA (1 un / 130G)	• SUCO POLPA DE ACEROLA 200ML • MAÇÃ (1 un / 100G) • BISCOITO CREAM CRACKER 50G	• SUCO POLPA DE ABACAXI 200ML • BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)
INTEGRAL TARDE	• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 50G • BANANA (1 un / 130G)	• SUCO POLPA DE UVA 200ML • BISCOITO DE LEITE 50G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• VITAMINA DE BANANA 180ML • BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)	• SUCO POLPA DE LARANJA 200ML • BISCOITO ROSQUINHA 50G • BANANA (1 un / 130G)	• SUCO POLPA DE ACEROLA 200ML • MAÇÃ (1 un / 100G) • BISCOITO CREAM CRACKER 50G	• SUCO POLPA DE ABACAXI 200ML • BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)

Tabela Nutricional

Cálculo Semanal	Proteína (g): 16,51 Lipídios (g): 19,51 Carboidrato (g): 157,20 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 158,83 Vitamina C (mg): 216,42 Energia (Kcal): 849,58
-----------------	--

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
INTEGRAL MANHÃ	- SUCO POLPA DE LARANJA 200ML • BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)	• IOGURTE DE MORANGO 180G • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 50G • BANANA (1 un / 130G)	• VITAMINA DE GOIABA 180ML • BISCOITO DE POLVILHO SALGADO 50G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• SUCO POLPA DE MAÇÃ 200ML • BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)	• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • BISCOITO DE LEITE 50G • BANANA (1 un / 130G)	• SUCO POLPA DE ABACAXI 200ML • BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)
INTEGRAL TARDE	- SUCO POLPA DE LARANJA 200ML • BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)	• IOGURTE DE MORANGO 180G • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 50G • BANANA (1 un / 130G)	• VITAMINA DE GOIABA 180ML • BISCOITO DE POLVILHO SALGADO 50G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• SUCO POLPA DE MAÇÃ 200ML • BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)	• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • BISCOITO DE LEITE 50G • BANANA (1 un / 130G)	• SUCO POLPA DE ABACAXI 200ML • BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 18,60 Lipídios (g): 24,41 Carboidrato (g): 152,74 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 6381,04 Vitamina C (mg): 7,63 Energia (Kcal): 885,37					

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
INTEGRAL MANHÃ	• SUCO POLPA DE GOIABA 200ML • BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)	• VITAMINA DE MORANGO 180ML • BISCOITO SEQUILHOS 50G • BANANA (1 un / 130G)	• SUCO POLPA DE UVA 200ML • MAÇÃ (1 un / 100G) • BISCOITO ROSQUINHA 50G	• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 50G • BANANA (1 un / 130G)	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
INTEGRAL TARDE	• SUCO POLPA DE GOIABA 200ML • BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)	• VITAMINA DE MORANGO 180ML • BISCOITO SEQUILHOS 50G • BANANA (1 un / 130G)	• SUCO POLPA DE UVA 200ML • MAÇÃ (1 un / 100G) • BISCOITO ROSQUINHA 50G	• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 50G • BANANA (1 un / 130G)	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 18,58 Lipídios (g): 20,71 Carboidrato (g): 175,00 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 152,01 Vitamina C (mg): 8,83 Energia (Kcal): 939,19					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 17,81 Lipídios (g): 21,65 Carboidrato (g): 159,98 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 2490,45 Vitamina C (mg): 86,22 Energia (Kcal): 885,40					