

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, 29/06	Terça-Feira, 30/06	Quarta-Feira, 01/07	Quinta-Feira, 02/07	Sexta-Feira, 03/07	Sábado, 04/07
ALMOÇO			• ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • FRANGO AO MOLHO 110G • ABOBRINHA REFOGADA 35G • SALADA DE TOMATE 60G • LARANJA (1 un / 100G)	• ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • ALMÔNDEGAS DE CARNE ASSADAS AO SUGO 100G • MACARRÃO PARAFUSO ALHO E ÓLEO 80G • SALADA DE CENOURA RALADA COM LIMÃO 25G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • FRANGO AO MOLHO 110G • BATATA DOCE ASSADA 40G • SALADA DE ALFACE 15G • BANANA (1 un / 130G)	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 38,39 Lipídios (g): 24,44 Carboidrato (g): 93,61 Cálcio (mg): 74,96 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 986,56 Vitamina C (mg): 34,82 Energia (Kcal): 745,63					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 06/07	Terça-Feira, 07/07	Quarta-Feira, 08/07	Quinta-Feira, 09/07	Sexta-Feira, 10/07	Sábado, 11/07
ALMOÇO	• ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • PICADINHO DE CARNE 80G • POLENTA CREMOSA 60G • SALADA DE COUVE-FLORES COM LIMÃO 30G • BANANA (1 un / 130G)	• ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • FRANGO AO MOLHO 110G • MACARRÃO PARAFUSO AO SUGO 80G • SALADA DE BETERRABA RALADA 25G • LARANJA (1 un / 100G)	• ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • BIFE COM MOLHO 100G • PURÊ DE BATATA 40G • SALADA DE ALFACE 15G • LARANJA (1 un / 100G)	• ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • FRANGO AO MOLHO 110G • CENOURA REFOGADA 30G • SALADA DE PEPINO 40G • LARANJA (1 un / 100G)	• ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • FRICASSÉ DE FRANGO 90G • BATATA PALHA 25G • SALADA DE TOMATE 60G • BANANA (1 un / 130G)	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 37,95 Lipídios (g): 21,77 Carboidrato (g): 93,91 Cálcio (mg): 111,35 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 153,83 Vitamina C (mg): 61,39 Energia (Kcal): 720,68					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 13/07	Terça-Feira, 14/07	Quarta-Feira, 15/07	Quinta-Feira, 16/07	Sexta-Feira, 17/07	Sábado, 18/07
ALMOÇO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal						

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 20/07	Terça-Feira, 21/07	Quarta-Feira, 22/07	Quinta-Feira, 23/07	Sexta-Feira, 24/07	Sábado, 25/07
ALMOÇO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal						

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 27/07	Terça-Feira, 28/07	Quarta-Feira, 29/07	Quinta-Feira, 30/07	Sexta-Feira, 31/07	Sábado, 01/08
ALMOÇO	RECESSO	• ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • STROGONOFF DE CARNE 90G • BATATA PALHA 25G • SALADA DE TOMATE 60G • LARANJA (1 un / 100G)	• ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • ALMÔNDegas DE CARNE ASSADAS AO SUGO 100G • POLENTA CREMOSA 60G • SALADA DE BETERRABA COZIDA COM LIMÃO 30G • LARANJA (1 un / 100G)	• ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • FRANGO AO MOLHO 110G • BATATA SALSA SAUTÉ 40G • SALADA DE CENOURA COZIDA 40G • LARANJA (1 un / 100G)	• ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • CARNE MOÍDA AO SUGO 100G • POLENTA CREMOSA 60G • SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 40G • LARANJA (1 un / 100G)	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 36,53 Lipídios (g): 16,87 Carboidrato (g): 82,74 Cálcio (mg): 82,31 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 163,22 Vitamina C (mg): 76,06 Energia (Kcal): 627,21					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 37,58 Lipídios (g): 20,80 Carboidrato (g): 90,11 Cálcio (mg): 92,58 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 365,14 Vitamina C (mg): 59,64 Energia (Kcal): 695,76					