

**Observações**

OBSERVAÇÃO: 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 PRETO 90G</li> <li>● ISCAS DE FRANGO AO SUGO 90G</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 CARIOCA 90G</li> <li>● CARNE DE PANELA COM MANJERICÃO 100G</li> <li>● FAROFA DE REPOLHO 30G</li> <li>● SALADA DE ALFACE COM CENOURA 30G</li> <li>● GOIABA (1 un / 80G)</li> </ul>	FERIADO - SEXTA-FEIRA SANTA	
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 37,35 Lipídios (g): 13,15 Carboidrato (g): 87,36 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 147,52 Vitamina C (mg): 64,33 Energia (Kcal): 614,95					

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 PRETO 90G</li> <li>● PICADINHO DE CARNE 80G</li> <li>● ABOBRINHA REFOGADA 35G</li> <li>● SALADA DE CENOURA RALADA COM LIMÃO 25G</li> <li>● ABACAXI 100G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ARROZ 110G</li> <li>● FEIJÃO CARIOCA 90G</li> <li>● ISCAS DE FRANGO AO SUGO 90G</li> <li>● VAGEM REFOGADA 40G</li> <li>● SALADA DE REPOLHO AO VINAGRETE 40G</li> <li>● SALADA DE FRUTAS SEM ABACAXI 100G</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>● POLENTA CREMOSA 60G</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 CARIOCA 90G</li> <li>● BARREADO (DIETA) 90G</li> <li>● FAROFA DE COUVE 30G</li> <li>● SALADA DE ALFACE COM TOMATE 25G</li> <li>● MELANCIA 150G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ARROZ 110G</li> <li>● FEIJÃO PRETO 90G</li> <li>● ALMÔNDEGAS DE FRANGO ASSADAS AO SUGO SEM GLÚTEN E SEM OVO 100G</li> <li>● PURÊ DE BATATA SEM LEITE 40G</li> <li>● CAQUI (1 un / 120G)</li> <li>● SALADA DE BETERRABA COM LIMÃO 50G</li> </ul>	
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 35,84 Lipídios (g): 10,14 Carboidrato (g): 89,45 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 134,67 Vitamina C (mg): 50,07 Energia (Kcal): 586,98					

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 CARIOCA 90G</li> <li>● ISCAS DE CARNE AO SUGO 80G</li> <li>● BATATA PALHA 25G</li> <li>● SALADA DE ALFACE 15G</li> <li>● ABACAXI 100G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ARROZ 110G</li> <li>● FEIJÃO PRETO 90G</li> <li>● ISCAS DE FRANGO AO SUGO 90G</li> <li>● MACARRÃO SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA ALHO E ÓLEO 80G</li> <li>● SALADA DE CHUCHU COM CENOURA 30G</li> <li>● SAGU DE UVA 100G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ARROZ 110G</li> <li>● FEIJÃO CARIOCA 90G</li> <li>● POSTA ASSADA AO MOLHO 100G</li> <li>● FAROFA DE COUVE 30G</li> <li>● SALADA DE PEPINO COM TOMATE 45G</li> <li>● SALADA DE FRUTAS SEM ABACAXI 100G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ARROZ 110G</li> <li>● FEIJÃO PRETO 90G</li> <li>● PEITO DE FRANGO GRELHADO (1 un / 80G)</li> <li>● BATATA, CENOURA E CHUCHU REFOGADOS 40G</li> <li>● SALADA DE ACELGA COM LIMÃO 30G</li> <li>● MELANCIA 150G</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>● QUIRERA 70G</li> <li>● MAÇÃ (1 un / 100G)</li> <li>● SALADA DE REPOLHO ROXO 40G</li> </ul>	
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 40,03 Lipídios (g): 14,56 Carboidrato (g): 96,12 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 156,70 Vitamina C (mg): 51,13 Energia (Kcal): 672,28					

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 PRETO 90G</li> <li>● PEITO DE FRANGO GRELHADO (1 un / 80G)</li> <li>● PURÊ DE BATATA SEM LEITE 40G</li> <li>● SALADA DE TOMATE 60G</li> <li>● MELANCIA 150G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ARROZ 110G</li> <li>● FEIJÃO CARIOCA 90G</li> <li>● PICADINHO DE CARNE 80G</li> <li>● FAROFA DE ESPINAFRE 30G</li> <li>● SALADA DE REPOLHO 40G</li> <li>● CAQUI (1 un / 120G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ARROZ 110G</li> <li>● FEIJÃO PRETO 90G</li> <li>● ISCAS DE CARNE AO SUGO 80G</li> <li>● BATATA REFOGADA 50G</li> <li>● SALADA DE PEPINO 40G</li> <li>● SALADA DE FRUTAS SEM ABACAXI 100G</li> </ul>	
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 37,76 Lipídios (g): 10,73 Carboidrato (g): 94,07 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 68,19 Vitamina C (mg): 53,29 Energia (Kcal): 618,69					

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 CARIOCA 90G</li> <li>● ALMÔNDEGAS DE CARNE ASSADAS AO SUGO SEM GLÚTEN E OVO 100G</li> <li>● POLENTA CREMOSA 60G</li> <li>● SALADA DE CENOURA RALADA COM LIMÃO 25G</li> <li>● SALADA DE FRUTAS SEM ABACAXI 100G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ARROZ 110G</li> <li>● FEIJÃO PRETO 90G</li> <li>● PEITO DE FRANGO GRELHADO (1 un / 80G)</li> <li>● ABOBRINHA REFOGADA 35G</li> <li>● CAQUI (1 un / 120G)</li> <li>● SALADA DE ALFACE 15G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ARROZ 110G</li> <li>● FEIJÃO CARIOCA 90G</li> <li>● BOLINHO DE CARNE SEM GLÚTEN 90G</li> <li>● VAGEM REFOGADA 40G</li> <li>● SALADA DE TOMATE 60G</li> <li>● MELANCIA 150G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ARROZ 110G</li> <li>● FEIJÃO PRETO 90G</li> <li>● ISCAS DE FRANGO AO SUGO 90G</li> <li>● BATATA ASSADA COM ALEGRI 50G</li> <li>● MAÇÃ (1 un / 100G)</li> <li>● SALADA DE BETERRABA COZIDA 30G</li> </ul>		
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 36,95 Lipídios (g): 9,40 Carboidrato (g): 84,44 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 133,57 Vitamina C (mg): 35,93 Energia (Kcal): 563,26					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 37,64 Lipídios (g): 11,55 Carboidrato (g): 90,66 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 131,09 Vitamina C (mg): 49,38 Energia (Kcal): 612,39					