

Observações						
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>• FAROFA DE REPOLHO 30G</li> <li>• SALADA DE TOMATE 60G               <ul style="list-style-type: none"> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul> </li> <li>• <b>PEITO DE FRANGO À MILANESA (1 un / 100G)</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• FEIJÃO CARIOCA 90G</li> <li>• PEITO DE FRANGO À MILANESA (1 un / 100G)</li> <li>• CENOURA REFOGADA 30G</li> <li>• SALADA DE ALFACE 15G               <ul style="list-style-type: none"> <li>• SALADA DE FRUTAS 100G</li> </ul> </li> </ul>	FERIADO - SEXTA-FEIRA SANTA	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 41,61 Lipídios (g): 19,76 Carboidrato (g): 102,18 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 296,33 Vitamina C (mg): 39,56 Energia (Kcal): 749,11					

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>• FRANGO ASSADO 110G</li> <li>• POLENTA CREMOSA 60G</li> <li>• SALADA DE PEPINO COM TOMATE 45G</li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• FEIJÃO CARIOCA 90G</li> <li>• <b>ISCAS DE FRANGO AO SUGO 90G</b></li> <li>• FAROFA DE COUVE 30G</li> <li>• SALADA DE ALFACE 15G</li> <li>• MELANCIA 150G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ INTEGRAL 80G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 90G</li> <li>• ALMÔNDEGAS DE FRANGO ASSADAS AO SUGO 100G</li> <li>• SALADA DE BETERRABA RALADA 25G</li> <li>• CAQUI (1 un / 120G)</li> <li>• <b>PURÊ DE BATATA SEM LEITE 40G</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• FEIJÃO CARIOCA 90G</li> <li>• <b>FRANGO AO MOLHO 110G</b></li> <li>• VAGEM REFOGADA 40G</li> <li>• SALADA DE REPOLHO AO VINAGRETE 40G</li> <li>• ABACAXI 100G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 90G</li> <li>• PEITO DE FRANGO À MILANESA (1 un / 100G)</li> <li>• ABOBRINHA REFOGADA 35G</li> <li>• SALADA DE CENOURA RALADA COM LIMÃO 25G</li> <li>• SALADA DE FRUTAS 100G</li> </ul>	
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 38,15 Lipídios (g): 20,48 Carboidrato (g): 87,44 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 134,25 Vitamina C (mg): 62,45 Energia (Kcal): 681,54					

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>• <b>ISCAS DE FRANGO AO SUGO 90G</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• QUIRERA 70G</li> </ul> </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 PRETO 90G</li> <li>• <b>PEITO DE FRANGO GRELHADO (1 un / 80G)</b></li> <li>• FAROFA DE COUVE 30G</li> <li>• SALADA DE PEPINO COM TOMATE 45G</li> <li>• SALADA DE FRUTAS 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>• MACARRÃO PARAFUSO ALHO E ÓLEO 80G</li> <li>• SALADA DE CHUCHU COM CENOURA 30G</li> <li>• ABACAXI 100G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 90G</li> <li>• BATATA PALHA 25G</li> <li>• <b>ISCAS DE FRANGO AO SUGO 90G</b></li> <li>• SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 40G</li> <li>• CAQUI (1 un / 120G)</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, CENOURA E CHUCHU REFOGADOS 40G</li> <li>• SALADA DE ACELGA COM LIMÃO 30G</li> <li>• MELANCIA 150G</li> </ul>	
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 39,74 Lipídios (g): 13,95 Carboidrato (g): 94,19 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 154,27 Vitamina C (mg): 70,90 Energia (Kcal): 655,73					

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>• <b>FRANGO AO MOLHO 110G</b></li> <li>• FAROFA DE ESPINAFRE 30G</li> <li>• SALADA DE PEPINO 40G</li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• FEIJÃO CARIOCA 90G</li> <li>• BATATA PALHA 25G</li> <li>• SALADA DE REPOLHO 40G</li> <li>• CAQUI (1 un / 120G)</li> <li>• <b>ISCAS DE FRANGO AO SUGO 90G</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 90G</li> <li>• PEITO DE FRANGO À MILANESA (1 un / 100G)</li> <li>• SALADA DE TOMATE 60G</li> <li>• MELANCIA 150G</li> <li>• <b>PURÊ DE BATATA SEM LEITE 40G</b></li> </ul>	
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 39,56 Lipídios (g): 23,19 Carboidrato (g): 96,77 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 43,28 Vitamina C (mg): 64,20 Energia (Kcal): 749,81					

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 INTEGRAL 80G</li> <li>• FEIJÃO CARIOCA 90G</li> <li>• <b>PEITO DE FRANGO À MILANESA (1 un / 100G)</b></li> <li>• VAGEM REFOGADA 40G</li> <li>• SALADA DE PEPINO 40G</li> <li>• <b>LARANJA (1 un / 100G)</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 90G</li> <li>• BATATA ASSADA COM ALEGRI 50G</li> <li>• SALADA DE ALFACE 15G</li> <li>• <b>ABACAXI 100G</b></li> <li>• <b>FRANGO AO MOLHO 110G</b></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 BETERRABA RALADA 25G</li> <li>• <b>CAQUI (1 un / 120G)</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 90G</li> <li>• <b>ALMÔNDegas DE FRANGO ASSADAS AO SUGO 100G</b></li> <li>• POLENTA CREMOSA 60G</li> <li>• SALADA DE CENOURA RALADA COM LIMÃO 25G</li> <li>• SALADA DE FRUTAS 100G</li> </ul>		
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 39,09 Lipídios (g): 17,48 Carboidrato (g): 85,70 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 120,23 Vitamina C (mg): 67,95 Energia (Kcal): 650,55					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 39,35 Lipídios (g): 18,48 Carboidrato (g): 91,87 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 139,26 Vitamina C (mg): 63,70 Energia (Kcal): 686,12					