

Observações						
OBSERVAÇÃO: ENVIAR TODOS OS ALIMENTOS SEPARADOS, INCLUSIVE OS RECHEIOS DOS PÃES. FRUTAS 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"> • PÃO DE LEITE 37,5G • MANTEIGA 5G • VITAMINA DE BANANA COM CACAU 150ML 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO DE MAÇÃ 150ML • QUEIJO 20G • PÃO DE LEITE 37,5G 	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"> • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65G • SALADA DE TOMATE 40G • ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	<ul style="list-style-type: none"> • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO SEM OVOS 65G • SALADA DE BETERRABA 28G • ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	FERIADO - SEXTA-FEIRA SANTA	
LANCHE			<ul style="list-style-type: none"> • LEITE 150ML • BANANA CATURRA (1 un / 182G) • SUPLEMENTO ALIMENTAR 30G 	<ul style="list-style-type: none"> • BANANA CATURRA (1 un / 182G) • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G • LEITE 150ML • SUPLEMENTO ALIMENTAR 30G 	FERIADO - SEXTA-FEIRA SANTA	
JANTAR			<ul style="list-style-type: none"> • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO SEM OVOS - JANTAR 200G • ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO - JANTAR 200G • ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G 	FERIADO - SEXTA-FEIRA SANTA	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 81,14 Lipídios (g): 35,51 Carboidrato (g): 403,20 Cálcio (mg): 628,49 Ferro (mg): 35,95 Retinol (mg): 284,83 Vitamina C (mg): 48,03 Energia (Kcal): 2178,65					

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"> • SUCO DE LARANJA 150ML • PÃO DE LEITE 37,5G • MANTEIGA 5G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE 150ML • PÃO FRANCÊS 37,5G • QUEIJO 20G 	<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 • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO SEM OVOS 65G • SALADA DE TOMATE 40G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65G • SALADA DE CENOURA 25G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO SEM OVOS 65G • SALADA DE ALFACE 15G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	<ul style="list-style-type: none"> • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO SEM OVOS 65G • ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G • SALADA DE ABOBRINHA 30G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G 	<ul style="list-style-type: none"> • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO SEM OVOS 65G • SALADA DE CHUCHU 20G • ARROZ 95G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) • FEIJÃO PRETO 100G 	
LANCHE	<ul style="list-style-type: none"> • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G • LEITE 150ML • SUPLEMENTO ALIMENTAR 30G 	<ul style="list-style-type: none"> • BANANA CATURRA (1 un / 182G) • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G • LEITE 150ML • SUPLEMENTO ALIMENTAR 30G 	<ul style="list-style-type: none"> • BISCOITO CREAM CRAKER 30G • LEITE 150ML • SUPLEMENTO ALIMENTAR 30G 	<ul style="list-style-type: none"> • BISCOITO CREAM CRAKER 30G • LEITE 150ML • SUPLEMENTO ALIMENTAR 30G 	<ul style="list-style-type: none"> • BANANA CATURRA (1 un / 182G) • LEITE 150ML • SUPLEMENTO ALIMENTAR 30G 	
JANTAR	<ul style="list-style-type: none"> • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO SEM OVOS - JANTAR 200G • ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO - JANTAR 200G • ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO SEM OVOS - JANTAR 200G • ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO SEM OVOS - JANTAR 200G • ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO SEM OVOS - JANTAR 200G • ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G 	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 65,29 Lipídios (g): 29,86 Carboidrato (g): 326,67 Cálcio (mg): 491,65 Ferro (mg): 30,22 Retinol (mg): 272,18 Vitamina C (mg): 61,06 Energia (Kcal): 1788,20					

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"> • PÃO DE LEITE 37,5G • LEITE 150ML • MANTEIGA 5G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE 150ML • PÃO FRANCÊS 37,5G • QUEIJO 20G 	<ul style="list-style-type: none"> • PÃO DE LEITE 37,5G • MANTEIGA 5G • SUCO DE UVA 150ML 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE 150ML • QUEIJO 20G • PÃO DE LEITE 37,5G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO DE LARANJA 150ML • PÃO DE LEITE 37,5G • MANTEIGA 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"> • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65G • SALADA DE TOMATE 40G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) • ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO SEM OVOS 65G • SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 15G • ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	<ul style="list-style-type: none"> • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO SEM OVOS 65G • ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G • SALADA DE ALFACE 15G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G 	<ul style="list-style-type: none"> • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO SEM OVOS 65G • SALADA DE PEPINO 35G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) • ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G 	<ul style="list-style-type: none"> • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO SEM OVOS 65G • SALADA DE ACELGA 20G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) • ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G 	
LANCHE	<ul style="list-style-type: none"> • PÃO DE LEITE 37,5G • RECHEIO DE CARNE MOÍDA 35,5G • LEITE 150ML • SUPLEMENTO ALIMENTAR 30G 	<ul style="list-style-type: none"> • BANANA CATURRA (1 un / 182G) • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G • LEITE 150ML • SUPLEMENTO ALIMENTAR 30G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE 150ML • BANANA CATURRA (1 un / 182G) • SUPLEMENTO ALIMENTAR 30G 	<ul style="list-style-type: none"> • BISCOITO CREAM CRAKER 30G • LEITE 150ML • SUPLEMENTO ALIMENTAR 30G 	<ul style="list-style-type: none"> • IOGURTE DE MORANGO 180ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G • LEITE 150ML • SUPLEMENTO ALIMENTAR 30G 	
JANTAR	<ul style="list-style-type: none"> • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO SEM OVOS - JANTAR 200G • ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO SEM OVOS - JANTAR 200G • ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO SEM OVOS - JANTAR 200G • ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO SEM OVOS - JANTAR 200G • ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO SEM OVOS - JANTAR 200G • ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G 	

Tabela Nutricional

Cálculo Semanal Proteína (g): 67,47 Lipídios (g): 30,52 Carboidrato (g): 329,61 Cálcio (mg): 523,68 Ferro (mg): 30,14 Retinol (mg): 253,45 Vitamina C (mg): 63,15 Energia (Kcal): 1819,90

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"> • LEITE 150ML • PÃO DE LEITE 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 • 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"> • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO SEM OVOS 65G • SALADA DE TOMATE 40G • ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	<ul style="list-style-type: none"> • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65G • ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) • SALADA DE VAGEM COM CENOURA 30G 	<ul style="list-style-type: none"> • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO SEM OVOS 65G • SALADA DE ACELGA 20G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) • ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G 	
LANCHE	RECESSO - TIRADENTES	FERIADO - TIRADENTES	<ul style="list-style-type: none"> • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G • LEITE 150ML • SUPLEMENTO ALIMENTAR 30G 	<ul style="list-style-type: none"> • BANANA CATURRA (1 un / 182G) • IOGURTE DE MORANGO 180ML • LEITE 150ML • SUPLEMENTO ALIMENTAR 30G 	<ul style="list-style-type: none"> • BISCOITO CREAM CRAKER 30G • LEITE 150ML • SUPLEMENTO ALIMENTAR 30G 	
JANTAR	RECESSO - TIRADENTES	FERIADO - TIRADENTES	<ul style="list-style-type: none"> • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO SEM OVOS - JANTAR 200G • ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO SEM OVOS - JANTAR 200G • ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO - JANTAR 200G • ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G 	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 61,01 Lipídios (g): 27,82 Carboidrato (g): 305,42 Cálcio (mg): 504,03 Ferro (mg): 27,15 Retinol (mg): 294,39 Vitamina C (mg): 46,56 Energia (Kcal): 1667,40					

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"> • SUCO DE LARANJA 150ML • PÃO DE LEITE 37,5G • MANTEIGA 5G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE 150ML • PÃO FRANCÊS 37,5G • QUEIJO 20G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO DE MAÇÃ 150ML • PÃO DE LEITE 37,5G • MANTEIGA 5G 	<ul style="list-style-type: none"> • PÃO DE LEITE 37,5G • QUEIJO 20G • VITAMINA DE BANANA COM CACAU 150ML 		
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) 		
ALMOÇO	<ul style="list-style-type: none"> • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO SEM OVOS 65G • SALADA DE TOMATE 40G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) • ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65G • SALADA DE ALFACE 15G • ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	<ul style="list-style-type: none"> • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO SEM OVOS 65G • SALADA DE ABOBRINHA 30G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) • ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO SEM OVOS 65G • SALADA DE PEPINO 35G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) • ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G 		
LANCHE	<ul style="list-style-type: none"> • BISCOITO CREAM CRAKER 30G • LEITE 150ML • SUPLEMENTO ALIMENTAR 30G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE 150ML • BANANA CATURRA (1 un / 182G) • SUPLEMENTO ALIMENTAR 30G 	<ul style="list-style-type: none"> • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) • SUPLEMENTO ALIMENTAR 30G 	<ul style="list-style-type: none"> • BISCOITO CREAM CRAKER 30G • LEITE 150ML • SUPLEMENTO ALIMENTAR 30G 		
JANTAR	<ul style="list-style-type: none"> • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO SEM OVOS - JANTAR 200G • ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO SEM OVOS - JANTAR 200G • ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO SEM OVOS - JANTAR 200G • ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO SEM OVOS - JANTAR 200G • ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G 		

Tabela Nutricional

Cálculo Semanal	Proteína (g): 76,51 Lipídios (g): 35,38 Carboidrato (g): 380,06 Cálcio (mg): 559,88 Ferro (mg): 36,06 Retinol (mg): 260,48 Vitamina C (mg): 68,02 Energia (Kcal): 2092,74
Cálculo Mensal	Proteína (g): 68,59 Lipídios (g): 31,19 Carboidrato (g): 340,27 Cálcio (mg): 527,48 Ferro (mg): 31,22 Retinol (mg): 270,13 Vitamina C (mg): 59,07 Energia (Kcal): 1865,75