

| 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, 31/08                                                                  | Terça-Feira, 01/09                                                                                                                                                                                                                                                            | Quarta-Feira, 02/09                                                                                                                                                                                                                                                | Quinta-Feira, 03/09                                                                                                                                                                                                                                                          | Sexta-Feira, 04/09                                                                                                                                                                                                                                                | Sábado, 05/09 |
| ALMOÇO                                                                                                                                                                                                      |                                                                                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• <b>FEIJÃO CARIOCA 90G</b></li> <li>• <b>PEITO DE FRANGO GRELHADO (1 un / 80G)</b></li> <li>• BRÓCOLIS REFOGADO 50G</li> <li>• SALADA DE BETERRABA RALADA 25G</li> <li>• <b>BANANA (1 un / 130G)</b></li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• <b>FEIJÃO PRETO 90G</b></li> <li>• FRANGO ASSADO 110G</li> <li>• <b>MACARRÃO PARAFUSO ALHO E ÓLEO 80G</b></li> <li>• <b>SALADA DE ALFACE 15G</b></li> <li>• <b>LARANJA (1 un / 100G)</b></li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• <b>FEIJÃO CARIOCA 90G</b></li> <li>• <b>PEITO DE FRANGO À MILANESA (1 un / 100G)</b></li> <li>• <b>BATATA REFOGADA 50G</b></li> <li>• SALADA DE ACELGA 30G</li> <li>• <b>LARANJA (1 un / 100G)</b></li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• <b>FEIJÃO PRETO 90G</b></li> <li>• <b>ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 80G</b></li> <li>• FARINHA DE MANDIOCA TORRADA 35G</li> <li>• SALADA DE PEPINO 40G</li> <li>• <b>MAÇÃ (1 un / 100G)</b></li> </ul> |               |
| Tabela Nutricional                                                                                                                                                                                          |                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                   |               |
| Cálculo Semanal                                                                                                                                                                                             | Proteína (g): 41,82 Lipídios (g): 21,43 Carboidrato (g): 90,69 Energia (Kcal): 721,87 |                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                   |               |

| Tipo de Refeição   | Segunda-Feira, 07/09                                                                  | Terça-Feira, 08/09                         | Quarta-Feira, 09/09                                                                                                                                                                                                                                                           | Quinta-Feira, 10/09                                                                                                                                                                                                                                        | Sexta-Feira, 11/09                                                                                                                                                                                                                                           | Sábado, 12/09 |
|--------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|
| ALMOÇO             | FERIADO - INDEPENDÊNCIA DO BRASIL                                                     | FERIADO - NOSSA SENHORA DA LUZ DOS PINHAIS | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• <b>FEIJÃO CARIOCA 90G</b></li> <li>• <b>ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 80G</b></li> <li>• <b>FARINHA DE MANDIOCA TORRADA 35G</b></li> <li>• SALADA DE ALFACE 15G</li> <li>• <b>LARANJA (1 un / 100G)</b></li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• <b>FEIJÃO PRETO 90G</b></li> <li>• PEITO DE FRANGO GRELHADO (1 un / 80G)</li> <li>• CENOURA REFOGADA 30G</li> <li>• SALADA DE TOMATE 60G</li> <li>• <b>LARANJA (1 un / 100G)</b></li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• <b>FEIJÃO CARIOCA 90G</b></li> <li>• <b>ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 80G</b></li> <li>• <b>BATATA REFOGADA 50G</b></li> <li>• SALADA DE BRÓCOLIS 30G</li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> </ul> |               |
| Tabela Nutricional |                                                                                       |                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                              |               |
| Cálculo Semanal    | Proteína (g): 41,32 Lipídios (g): 13,65 Carboidrato (g): 77,52 Energia (Kcal): 599,79 |                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                              |               |

| Tipo de Refeição   | Segunda-Feira, 14/09                                                                                                                                                                                                                          | Terça-Feira, 15/09                                                                                                                                                                                                                                                                | Quarta-Feira, 16/09                                                                                                                                                                                                                                                            | Quinta-Feira, 17/09                                                                                                                                                                                                                                                                              | Sexta-Feira, 18/09                                                                                                                                                                                                                                                 | Sábado, 19/09 |
|--------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|
| ALMOÇO             | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• <b>FEIJÃO CARIOCA 90G</b></li> <li>• <b>ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 80G</b></li> <li>• BATATA PALHA 25G</li> <li>• SALADA DE ALFACE 15G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>ARROZ 110G</b></li> <li>• <b>FEIJÃO PRETO 90G</b></li> <li>• PEITO DE FRANGO À MILANESA (1 un / 100G)</li> <li>• <b>BATATA SAUTÉ 55G</b></li> <li>• SALADA DE BETERRABA COZIDA 30G</li> <li>• <b>LARANJA (1 un / 100G)</b></li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• <b>FEIJÃO CARIOCA 90G</b></li> <li>• <b>ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 80G</b></li> <li>• <b>FARINHA DE MANDIOCA TORRADA 35G</b></li> <li>• <b>SALADA DE REPOLHO 40G</b></li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• <b>FEIJÃO PRETO 90G</b></li> <li>• <b>PEITO DE FRANGO À MILANESA (1 un / 100G)</b></li> <li>• <b>BATATA SAUTÉ 55G</b></li> <li>• <b>SALADA DE CENOURA RALADA COM LIMÃO 25G</b></li> <li>• <b>LARANJA (1 un / 100G)</b></li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• <b>FEIJÃO CARIOCA 90G</b></li> <li>• <b>ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 80G</b></li> <li>• COUVE-FLOR COZIDA 50G</li> <li>• <b>SALADA DE PEPINO 40G</b></li> <li>• <b>BANANA (1 un / 130G)</b></li> </ul> |               |
| Tabela Nutricional |                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                    |               |
| Cálculo Semanal    | Proteína (g): 41,74 Lipídios (g): 16,87 Carboidrato (g): 89,47 Energia (Kcal): 675,12                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                    |               |

| Tipo de Refeição   | Segunda-Feira, 21/09                                                                                                                                                                                                                                         | Terça-Feira, 22/09                                                                                                                                                                                                                                                                          | Quarta-Feira, 23/09                                                                                                                                                                                                                                              | Quinta-Feira, 24/09                                                                                                                                                                                                                                                    | Sexta-Feira, 25/09                                                                                                                                                                                                                                                                       | Sábado, 26/09 |
|--------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|
| ALMOÇO             | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• <b>FEIJÃO PRETO 90G</b></li> <li>• FRANGO ASSADO 110G</li> <li>• BATATA SALSA REFOGADA 40G</li> <li>• <b>SALADA DE ALFACE COM LIMÃO 23G</b></li> <li>• <b>BANANA (1 un / 130G)</b></li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>ARROZ 110G</b></li> <li>• <b>FEIJÃO CARIOCA 90G</b></li> <li>• <b>PEITO DE FRANGO À MILANESA (1 un / 100G)</b></li> <li>• MACARRÃO PARAFUSO ALHO E ÓLEO 80G</li> <li>• SALADA DE BRÓCOLIS 30G</li> <li>• <b>BANANA (1 un / 130G)</b></li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• <b>FEIJÃO PRETO 90G</b></li> <li>• PEITO DE FRANGO GRELHADO (1 un / 80G)</li> <li>• <b>BATATA REFOGADA 50G</b></li> <li>• SALADA DE TOMATE 60G</li> <li>• <b>LARANJA (1 un / 100G)</b></li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• <b>FEIJÃO CARIOCA 90G</b></li> <li>• <b>PEITO DE FRANGO À MILANESA (1 un / 100G)</b></li> <li>• CENOURA REFOGADA 30G</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>• <b>FEIJÃO PRETO 90G</b></li> <li>• <b>ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 80G</b></li> <li>• <b>FARINHA DE MANDIOCA TORRADA 35G</b></li> <li>• SALADA DE BETERRABA COZIDA COM LIMÃO 30G</li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> </ul> |               |
| Tabela Nutricional |                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                          |               |
| Cálculo Semanal    | Proteína (g): 41,72 Lipídios (g): 21,05 Carboidrato (g): 93,67 Energia (Kcal): 730,74                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                          |               |

| Tipo de Refeição   | Segunda-Feira, 28/09                                                                                                                                                                                                                                           | Terça-Feira, 29/09                                                                                                                                                                                                                                                | Quarta-Feira, 30/09                                                                                                                                                                                                                                              | Quinta-Feira, 01/10 | Sexta-Feira, 02/10 | Sábado, 03/10 |
|--------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|--------------------|---------------|
| ALMOÇO             | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• <b>FEIJÃO PRETO 90G</b></li> <li>• <b>ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 80G</b></li> <li>• BATATA PALHA 25G</li> <li>• SALADA DE BETERRABA RALADA 25G</li> <li>• <b>BANANA (1 un / 130G)</b></li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• <b>FEIJÃO CARIOCA 90G</b></li> <li>• PEITO DE FRANGO À MILANESA (1 un / 100G)</li> <li>• <b>AIPIM SAUTÉ 85G</b></li> <li>• SALADA DE TOMATE 60G</li> <li>• <b>LARANJA (1 un / 100G)</b></li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• <b>FEIJÃO PRETO 90G</b></li> <li>• <b>ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 80G</b></li> <li>• <b>BRÓCOLIS REFOGADO 50G</b></li> <li>• SALADA DE ALFACE 15G</li> <li>• <b>BANANA (1 un / 130G)</b></li> </ul> |                     |                    |               |
| Tabela Nutricional |                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                  |                     |                    |               |
| Cálculo Semanal    | Proteína (g): 42,86 Lipídios (g): 15,92 Carboidrato (g): 99,98 Energia (Kcal): 709,42                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                  |                     |                    |               |
| Cálculo Mensal     | Proteína (g): 41,86 Lipídios (g): 18,20 Carboidrato (g): 90,55 Energia (Kcal): 692,22                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                  |                     |                    |               |