

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, 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 FRANCÊS 37,5G • MANTEIGA 5G • VITAMINA DE BANANA COM CACAU 150ML 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO DE MAÇÃ 150ML • PÃO DE LEITE 37,5G • QUEIJO 20G 	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"> • CARNE MOÍDA AO SUGO 56G • PURÊ DE BATATA 60G • SALADA DE TOMATE 40G • ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	<ul style="list-style-type: none"> • CARNE MOÍDA AO SUGO 56G • POLENTA 100G • 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) 	<ul style="list-style-type: none"> • BANANA CATURRA (1 un / 182G) • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G 	FERIADO - SEXTA-FEIRA SANTA	
JANTAR			<ul style="list-style-type: none"> • CARNE MOÍDA AO SUGO 56G • ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • CARNE MOÍDA AO SUGO 56G • ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G 	FERIADO - SEXTA-FEIRA SANTA	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 67,36 Lipídios (g): 25,63 Carboidrato (g): 294,63 Cálcio (mg): 425,88 Ferro (mg): 9,78 Retinol (mg): 214,20 Vitamina C (mg): 51,62 Energia (Kcal): 1612,11					

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
DESJEJUM	<ul style="list-style-type: none"> • PÃO FRANCÊS 37,5G • LEITE 150ML • MANTEIGA 5G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO DE UVA 150ML • PÃO FRANCÊS 37,5G • QUEIJO 20G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE 150ML • BISCOITO CREAM CRAKER 30G 	<ul style="list-style-type: none"> • PÃO DE LEITE 37,5G • SUCO DE LARANJA 150ML • 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"> • PURÊ DE BATATA 60G • SALADA DE TOMATE 40G • ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G • CARNE MOÍDA AO SUGO 56G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SALADA DE CENOURA 25G • ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G • CARNE MOÍDA AO SUGO 56G • POLENTA 100G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SALADA DE ALFACE 15G • ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G • CARNE MOÍDA AO SUGO 56G • POLENTA 100G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	<ul style="list-style-type: none"> • POLENTA 100G • ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G • SALADA DE ABOBRINHA 30G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) • CARNE MOÍDA AO SUGO 56G 	<ul style="list-style-type: none"> • SALADA DE CHUCHU 20G • CARNE MOÍDA AO SUGO 56G • POLENTA 100G • 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 • MAÇÃ (1 un / 137G) 	<ul style="list-style-type: none"> • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO DE MAÇÃ 150ML • BISCOITO CREAM CRAKER 30G • MAÇÃ (1 un / 137G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO DE MAÇÃ 150ML • MAÇÃ (1 un / 137G) • BISCOITO CREAM CRAKER 30G 	<ul style="list-style-type: none"> • BANANA CATURRA (1 un / 182G) • LEITE 150ML 	
JANTAR	<ul style="list-style-type: none"> • CARNE MOÍDA AO SUGO 56G • ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • CARNE MOÍDA AO SUGO 56G • ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • CARNE MOÍDA AO SUGO 56G • ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • CARNE MOÍDA AO SUGO 56G • ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • CARNE MOÍDA AO SUGO 56G • ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G 	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 54,82 Lipídios (g): 21,12 Carboidrato (g): 248,05 Cálcio (mg): 300,39 Ferro (mg): 8,22 Retinol (mg): 204,53 Vitamina C (mg): 60,66 Energia (Kcal): 1349,30					

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 FRANCÊS 37,5G ● MANTEIGA 5G ● LEITE 150ML 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE 150ML ● PÃO FRANCÊS 37,5G ● QUEIJO 20G 	<ul style="list-style-type: none"> ● SUCO DE UVA 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 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"> ● POLENTA 100G ● SALADA DE TOMATE 40G ● CARNE MOÍDA AO SUGO 56G ● BANANA CATURRA (1 un / 182G) ● ARROZ 95G ● FEIJÃO PRETO 100G 	<ul style="list-style-type: none"> ● CARNE MOÍDA AO SUGO 56G ● SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 15G ● POLENTA 100G ● BANANA CATURRA (1 un / 182G) ● ARROZ 95G ● FEIJÃO CARIOCA 100G 	<ul style="list-style-type: none"> ● SALADA DE ALFACE 15G ● POLENTA 100G ● ARROZ 95G ● FEIJÃO PRETO 100G ● BANANA CATURRA (1 un / 182G) ● CARNE MOÍDA AO SUGO 56G 	<ul style="list-style-type: none"> ● PURÊ DE BATATA 60G ● SALADA DE PEPINO 35G ● ARROZ 95G ● FEIJÃO CARIOCA 100G ● BANANA CATURRA (1 un / 182G) ● CARNE MOÍDA AO SUGO 56G 	<ul style="list-style-type: none"> ● SALADA DE ACELGA 20G ● CARNE MOÍDA AO SUGO 56G ● POLENTA 100G ● BANANA CATURRA (1 un / 182G) ● ARROZ 95G ● FEIJÃO PRETO 100G 	
LANCHE	<ul style="list-style-type: none"> ● SUCO DE UVA 150ML ● PÃO DE LEITE 37,5G ● RECHEIO DE CARNE MOÍDA 35,5G ● MAÇÃ (1 un / 137G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● BANANA CATURRA (1 un / 182G) ● FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE 150ML ● BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● SUCO DE MAÇÃ 150ML ● BISCOITO CREAM CRAKER 30G ● MAÇÃ (1 un / 137G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● IOGURTE DE MORANGO 180ML ● FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G ● MAÇÃ (1 un / 137G) 	
JANTAR	<ul style="list-style-type: none"> ● CARNE MOÍDA AO SUGO 56G ● ARROZ 95G ● FEIJÃO CARIOCA 100G 	<ul style="list-style-type: none"> ● CARNE MOÍDA AO SUGO 56G ● ARROZ 95G ● FEIJÃO PRETO 100G 	<ul style="list-style-type: none"> ● CARNE MOÍDA AO SUGO 56G ● ARROZ 95G ● FEIJÃO CARIOCA 100G 	<ul style="list-style-type: none"> ● CARNE MOÍDA AO SUGO 56G ● ARROZ 95G ● FEIJÃO PRETO 100G 	<ul style="list-style-type: none"> ● CARNE MOÍDA AO SUGO 56G ● ARROZ 95G ● FEIJÃO CARIOCA 100G 	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 57,04 Lipídios (g): 20,95 Carboidrato (g): 252,26 Cálcio (mg): 312,38 Ferro (mg): 8,19 Retinol (mg): 174,46 Vitamina C (mg): 68,81 Energia (Kcal): 1375,64					

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 FRANCÊS 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"> • CARNE MOÍDA AO SUGO 56G • PURÊ DE BATATA 60G • SALADA DE TOMATE 40G • ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	<ul style="list-style-type: none"> • CARNE MOÍDA AO SUGO 56G • POLENTA 100G • ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) • SALADA DE VAGEM COM CENOURA 30G 	<ul style="list-style-type: none"> • POLENTA 100G • SALADA DE ACELGA 20G • CARNE MOÍDA AO SUGO 56G • ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	
LANCHE	RECESSO - TIRADENTES	FERIADO - TIRADENTES	<ul style="list-style-type: none"> • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G • LEITE 150ML • MAÇÃ (1 un / 137G) 	<ul style="list-style-type: none"> • BANANA CATURRA (1 un / 182G) • IOGURTE DE MORANGO 180ML 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO DE MAÇÃ 150ML • BISCOITO CREAM CRAKER 30G • MAÇÃ (1 un / 137G) 	
JANTAR	RECESSO - TIRADENTES	FERIADO - TIRADENTES	<ul style="list-style-type: none"> • CARNE MOÍDA AO SUGO 56G • ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • CARNE MOÍDA AO SUGO 56G • ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • CARNE MOÍDA AO SUGO 56G • ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G 	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 50,91 Lipídios (g): 19,78 Carboidrato (g): 235,30 Cálcio (mg): 328,51 Ferro (mg): 7,46 Retinol (mg): 233,33 Vitamina C (mg): 48,48 Energia (Kcal): 1273,93					

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"> ● PÃO FRANCÊS 37,5G ● SUCO DE LARANJA 150ML ● MANTEIGA 5G 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE 150ML ● QUEIJO 20G ● PÃO FRANCÊS 37,5G 	<ul style="list-style-type: none"> ● SUCO DE MAÇÃ 150ML ● PÃO DE LEITE 37,5G ● MANTEIGA 5G 	<ul style="list-style-type: none"> ● PÃO FRANCÊS 37,5G ● QUEIJO 20G ● VITAMINA DE BANANA COM CACAU 150ML 		
COLAÇÃO	● BANANA CATURRA (1 un / 182G)	● BANANA CATURRA (1 un / 182G)	● BANANA CATURRA (1 un / 182G)	● BANANA CATURRA (1 un / 182G)		
ALMOÇO	<ul style="list-style-type: none"> ● PURÊ DE BATATA 60G ● SALADA DE TOMATE 40G ● CARNE MOÍDA AO SUGO 56G ● ARROZ 95G ● FEIJÃO PRETO 100G ● BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● CARNE MOÍDA AO SUGO 56G ● POLENTA 100G ● SALADA DE ALFACE 15G ● ARROZ 95G ● FEIJÃO CARIOCA 100G ● BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● SALADA DE ABOBRINHA 30G ● CARNE MOÍDA AO SUGO 56G ● POLENTA 100G ● ARROZ 95G ● FEIJÃO PRETO 100G ● BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● POLENTA 100G ● SALADA DE PEPINO 35G ● CARNE MOÍDA AO SUGO 56G ● ARROZ 95G ● FEIJÃO CARIOCA 100G ● BANANA CATURRA (1 un / 182G) 		
LANCHE	<ul style="list-style-type: none"> ● SUCO DE UVA 150ML ● BISCOITO CREAM CRAKER 30G ● MAÇÃ (1 un / 137G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE 150ML ● BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● BANANA CATURRA (1 un / 182G) ● FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G 	<ul style="list-style-type: none"> ● SUCO DE LARANJA 150ML ● BISCOITO CREAM CRAKER 30G ● MAÇÃ (1 un / 137G) 		
JANTAR	<ul style="list-style-type: none"> ● CARNE MOÍDA AO SUGO 56G ● ARROZ 95G ● FEIJÃO CARIOCA 100G 	<ul style="list-style-type: none"> ● CARNE MOÍDA AO SUGO 56G ● ARROZ 95G ● FEIJÃO PRETO 100G 	<ul style="list-style-type: none"> ● CARNE MOÍDA AO SUGO 56G ● ARROZ 95G ● FEIJÃO CARIOCA 100G 	<ul style="list-style-type: none"> ● CARNE MOÍDA AO SUGO 56G ● ARROZ 95G ● FEIJÃO PRETO 100G 		

Tabela Nutricional

Cálculo Semanal	Proteína (g): 65,58 Lipídios (g): 25,38 Carboidrato (g): 289,99 Cálcio (mg): 360,68 Ferro (mg): 9,81 Retinol (mg): 186,01 Vitamina C (mg): 103,34 Energia (Kcal): 1591,80
Cálculo Mensal	Proteína (g): 57,81 Lipídios (g): 22,01 Carboidrato (g): 258,74 Cálcio (mg): 331,14 Ferro (mg): 8,50 Retinol (mg): 199,08 Vitamina C (mg): 67,61 Energia (Kcal): 1410,76