

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
DESJEJUM		• LEITE 150ML • PÃO DE LEITE 37,5G • QUEIJO 20G	• SUCO DE LARANJA 150ML • PÃO DE LEITE 37,5G • MANTEIGA 5G	• LEITE 150ML • PÃO FRANCÊS 37,5G • QUEIJO 20G	• BISCOITO CREAM CRAKER 30G • LEITE 150ML	• BANANA CATURRA (1 un / 182G)
COLAÇÃO		• BANANA CATURRA (1 un / 182G)	• BANANA CATURRA (1 un / 182G)	• BANANA CATURRA (1 un / 182G)	• BANANA CATURRA (1 un / 182G)	• BANANA CATURRA (1 un / 182G)
ALMOÇO		• ARROZ 95G • PEITO DE FRANGO À MILANESA 60G • SALADA DE BETERRABA 28G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) • MACARRÃO SEM MOLHO 65G • FEIJÃO CARIOCA 100G	• ARROZ 95G • MACARRÃO SEM MOLHO 65G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G • FEIJÃO PRETO 100G • SALADA DE TOMATE 40G	• ARROZ 95G • PEITO DE FRANGO À MILANESA 60G • FEIJÃO CARIOCA 100G • SALADA DE PEPINO 35G • MACARRÃO SEM MOLHO 65G • BANANA CATURRA (1 un / 182G)	• ARROZ 95G • MACARRÃO SEM MOLHO 65G • FEIJÃO PRETO 100G • PEITO DE FRANGO À MILANESA 60G • SALADA DE ALFACE 15G • BANANA CATURRA (1 un / 182G)	
LANCHE		• SUCO DE UVA 150ML • BISCOITO DE POLVILHO 30G • MAÇÃ (1 un / 137G)	• BANANA CATURRA (1 un / 182G) • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G	• BISCOITO CREAM CRAKER 30G • SUCO DE LARANJA 150ML • MAÇÃ (1 un / 137G)	• BANANA CATURRA (1 un / 182G) • VITAMINA DE BANANA COM CACAU 150ML	
JANTAR		• MACARRÃO SEM MOLHO - JANTAR 200G • ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G	• MACARRÃO SEM MOLHO - JANTAR 200G • ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G	• MACARRÃO SEM MOLHO - JANTAR 200G • ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G	• MACARRÃO SEM MOLHO - JANTAR 200G • ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 62,34 Lipídios (g): 27,93 Carboidrato (g): 281,01 Cálcio (mg): 346,27 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 86,54 Vitamina C (mg): 68,84 Energia (Kcal): 1570,03					

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
DESJEJUM	FERIADO - INDEPENDÊNCIA DO BRASIL	FERIADO - NOSSA SENHORA DA LUZ DOS PINHAIS	• PÃO DE LEITE 37,5G • SUCO DE UVA 150ML • MANTEIGA 5G	• LEITE 150ML • PÃO DE LEITE 37,5G • QUEIJO 20G	• LEITE 150ML • PÃO FRANCÊS 37,5G • MANTEIGA 5G	• BANANA CATURRA (1 un / 182G)
COLAÇÃO	FERIADO - INDEPENDÊNCIA DO BRASIL	FERIADO - NOSSA SENHORA DA LUZ DOS PINHAIS	• BANANA CATURRA (1 un / 182G)	• BANANA CATURRA (1 un / 182G)	• BANANA CATURRA (1 un / 182G)	• BANANA CATURRA (1 un / 182G)
ALMOÇO	FERIADO - INDEPENDÊNCIA DO BRASIL	FERIADO - NOSSA SENHORA DA LUZ DOS PINHAIS	• ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G • SALADA DE PEPINO 35G • MACARRÃO SEM MOLHO 65G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) • PEITO DE FRANGO À MILANESA 60G	• ARROZ 95G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G • MACARRÃO SEM MOLHO 65G • SALADA DE ACELGA 20G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) • FEIJÃO CARIOCA 100G	• ARROZ 95G • PEITO DE FRANGO À MILANESA 60G • MACARRÃO SEM MOLHO 65G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) • SALADA DE BETERRABA 28G • FEIJÃO PRETO 100G	
LANCHE	FERIADO - INDEPENDÊNCIA DO BRASIL	FERIADO - NOSSA SENHORA DA LUZ DOS PINHAIS	• SUCO DE MAÇÃ 150ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G • MAÇÃ (1 un / 137G)	• LEITE 150ML • BANANA CATURRA (1 un / 182G)	• SUCO DE MAÇÃ 150ML • BISCOITO CREAM CRAKER 30G • MAÇÃ (1 un / 137G)	
JANTAR	FERIADO - INDEPENDÊNCIA DO BRASIL	FERIADO - NOSSA SENHORA DA LUZ DOS PINHAIS	• MACARRÃO SEM MOLHO - JANTAR 200G • ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G	• MACARRÃO SEM MOLHO - JANTAR 200G • ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G	• MACARRÃO SEM MOLHO - JANTAR 200G • ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 56,92 Lipídios (g): 24,24 Carboidrato (g): 261,07 Cálcio (mg): 288,64 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 99,77 Vitamina C (mg): 28,13 Energia (Kcal): 1439,73					

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
DESJEJUM	• SUCO DE LARANJA 150ML • PÃO FRANCÊS 37,5G • MANTEIGA 5G	• LEITE 150ML • PÃO DE LEITE 37,5G • QUEIJO 20G	• SUCO DE UVA 150ML • MANTEIGA 5G • PÃO DE LEITE 37,5G	• LEITE 150ML • PÃO DE LEITE 37,5G • MANTEIGA 5G	• LEITE 150ML • BISCOITO CREAM CRAKER 30G	• BANANA CATURRA (1 un / 182G)
COLAÇÃO	• BANANA CATURRA (1 un / 182G)	• BANANA CATURRA (1 un / 182G)	• BANANA CATURRA (1 un / 182G)	• BANANA CATURRA (1 un / 182G)	• BANANA CATURRA (1 un / 182G)	• BANANA CATURRA (1 un / 182G)
ALMOÇO	• ARROZ 95G • PEITO DE FRANGO À MILANESA 60G • SALADA DE PEPINO 35G • MACARRÃO SEM MOLHO 65G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) • FEIJÃO CARIOCA 100G	• ARROZ 95G • SALADA DE CENOURA 25G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) • MACARRÃO SEM MOLHO 65G • FEIJÃO PRETO 100G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G	• ARROZ 95G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) • MACARRÃO SEM MOLHO 65G • SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 15G • FEIJÃO CARIOCA 100G • PEITO DE FRANGO À MILANESA 60G	• ARROZ 95G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G • MACARRÃO SEM MOLHO 65G • SALADA DE ALFACE 15G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) • FEIJÃO PRETO 100G	• ARROZ 95G • PEITO DE FRANGO À MILANESA 60G • SALADA DE ACELGA 20G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) • BETERRABA COZIDA 50G • FEIJÃO CARIOCA 100G	
LANCHE	• FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G • IOGURTE DE MORANGO 180ML • MAÇÃ (1 un / 137G)	• BANANA CATURRA (1 un / 182G) • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G	• BISCOITO CREAM CRAKER 30G • SUCO DE LARANJA 150ML • MAÇÃ (1 un / 137G)	• SUCO DE MAÇÃ 150ML • BISCOITO CREAM CRAKER 30G • MAÇÃ (1 un / 137G)	• BANANA CATURRA (1 un / 182G) • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G	
JANTAR	• ARROZ 95G • MACARRÃO SEM MOLHO - JANTAR 200G • FEIJÃO PRETO 100G	• MACARRÃO SEM MOLHO - JANTAR 200G • ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G	• MACARRÃO SEM MOLHO - JANTAR 200G • ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G	• MACARRÃO SEM MOLHO - JANTAR 200G • ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G	• MACARRÃO SEM MOLHO - JANTAR 200G • ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 61,43 Lipídios (g): 25,06 Carboidrato (g): 284,32 Cálcio (mg): 284,21 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 128,40 Vitamina C (mg): 62,19 Energia (Kcal): 1556,51					

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
DESJEJUM	• PÃO DE LEITE 37,5G • MANTEIGA 5G • LEITE 150ML	• LEITE 150ML • PÃO DE LEITE 37,5G • QUEIJO 20G	• PÃO DE LEITE 37,5G • QUEIJO 20G • SUCO DE UVA 150ML	• PÃO DE LEITE 37,5G • MANTEIGA 5G • LEITE 150ML	• LEITE 150ML • BISCOITO CREAM CRAKER 30G	• BANANA CATURRA (1 un / 182G)
COLAÇÃO	• BANANA CATURRA (1 un / 182G)	• BANANA CATURRA (1 un / 182G)	• BANANA CATURRA (1 un / 182G)	• BANANA CATURRA (1 un / 182G)	• BANANA CATURRA (1 un / 182G)	• BANANA CATURRA (1 un / 182G)
ALMOÇO	• ARROZ 95G • MACARRÃO SEM MOLHO 65G • PEITO DE FRANGO À MILANESA 60G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) • FEIJÃO CARIOCA 100G • SALADA DE PEPINO 35G	• ARROZ 95G • MACARRÃO SEM MOLHO 65G • SALADA DE TOMATE 40G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G • FEIJÃO PRETO 100G	• ARROZ 95G • PEITO DE FRANGO À MILANESA 60G • MACARRÃO SEM MOLHO 65G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) • FEIJÃO CARIOCA 100G • SALADA DE ALFACE 15G	• ARROZ 95G • MACARRÃO SEM MOLHO 65G • SALADA DE BETERRABA 28G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G • FEIJÃO PRETO 100G	• ARROZ 95G • MACARRÃO SEM MOLHO 65G • PEITO DE FRANGO À MILANESA 60G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) • SALADA DE ABOBRINHA 30G • FEIJÃO CARIOCA 100G	
LANCHE	• LEITE 150ML • BANANA CATURRA (1 un / 182G)	• BANANA CATURRA (1 un / 182G) • VITAMINA DE BANANA COM CACAU 150ML	• LEITE 150ML • BISCOITO CREAM CRAKER 30G • MAÇÃ (1 un / 137G)	• SUCO DE UVA 150ML • BISCOITO CREAM CRAKER 30G • MAÇÃ (1 un / 137G)	• IOGURTE DE MORANGO 180ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G • MAÇÃ (1 un / 137G)	
JANTAR	• MACARRÃO SEM MOLHO - JANTAR 200G • ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G	• MACARRÃO SEM MOLHO - JANTAR 200G • ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G	• MACARRÃO SEM MOLHO - JANTAR 200G • ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G	• MACARRÃO SEM MOLHO - JANTAR 200G • ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G	• MACARRÃO SEM MOLHO - JANTAR 200G • ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 65,92 Lipídios (g): 28,92 Carboidrato (g): 289,44 Cálcio (mg): 428,17 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 113,52 Vitamina C (mg): 31,94 Energia (Kcal): 1626,06					

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
DESJEJUM	• SUCO DE UVA 150ML • MANTEIGA 5G • PÃO FRANCÊS 37,5G	• PÃO DE LEITE 37,5G • VITAMINA DE BANANA COM CACAU 150ML • QUEIJO 20G	• LEITE 150ML • PÃO DE LEITE 37,5G • MANTEIGA 5G			
COLAÇÃO	• BANANA CATURRA (1 un / 182G)	• BANANA CATURRA (1 un / 182G)	• BANANA CATURRA (1 un / 182G)			
ALMOÇO	• ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G • MACARRÃO SEM MOLHO 65G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) • SALADA DE TOMATE 40G	• ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G • PEITO DE FRANGO À MILANESA 60G • MACARRÃO SEM MOLHO 65G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) • SALADA DE ACELGA 20G	• ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G • SALADA DE ALFACE 15G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) • MACARRÃO SEM MOLHO 65G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G			
LANCHE	• LEITE 150ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G • MAÇÃ (1 un / 137G)	• SUCO DE MAÇÃ 150ML • BISCOITO CREAM CRAKER 30G • MAÇÃ (1 un / 137G)	• SUCO DE UVA 150ML • BISCOITO CREAM CRAKER 30G • MAÇÃ (1 un / 137G)			
JANTAR	• MACARRÃO SEM MOLHO - JANTAR 200G • ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G	• MACARRÃO SEM MOLHO - JANTAR 200G • ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G	• MACARRÃO SEM MOLHO - JANTAR 200G • ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G			
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 75,26 Lipídios (g): 32,07 Carboidrato (g): 341,18 Cálcio (mg): 408,17 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 154,01 Vitamina C (mg): 46,02 Energia (Kcal): 1890,74					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 63,72 Lipídios (g): 27,36 Carboidrato (g): 288,14 Cálcio (mg): 349,36 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 114,39 Vitamina C (mg): 48,31 Energia (Kcal): 1599,03					