

Observações						
Todas as preparações devem ser elaboradas sem alho e cebola.						
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"> • ARROZ 110G • ALMÔNDEGAS DE CARNE ASSADAS AO SUGO SEM GLÚTEN E OVO 100G • PURÊ DE AIPIM 65G • SALADA DE TOMATE 60G • ABACAXI 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FRANGO AO MOLHO 110G • BATATA REFOGADA 50G • SALADA DE ACELGA 30G • LARANJA (1 un / 100G) 	FERIADO - SEXTA-FEIRA SANTA	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 31,99 Lipídios (g): 18,67 Carboidrato (g): 90,22 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 100,60 Vitamina C (mg): 101,69 Energia (Kcal): 654,20					

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"> ● ARROZ 110G ● BARREADO (DIETA) 90G ● FAROFA DE CENOURA 45G ● SALADA DE ALFACE 15G ● BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● ARROZ 110G ● FRANGO ASSADO 110G ● POLENTA CREMOSA 60G ● SALADA DE PEPINO COM TOMATE 45G ● LARANJA (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● ARROZ INTEGRAL 80G ● PICADINHO DE CARNE COM CENOURA E CHAMPIGNON 100G ● SALADA DE ACELGA 30G ● ABACAXI 100G ● ABÓBORA REFOGADA 35G 	<ul style="list-style-type: none"> ● ARROZ 110G ● ALMÔNDEGAS DE FRANGO ASSADAS AO SUGO SEM GLÚTEN E SEM OVO 100G ● PURÊ DE BATATA SEM LEITE 40G ● SALADA DE TOMATE 60G ● CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● ARROZ 110G ● PEITO DE FRANGO GRELHADO (1 un / 80G) ● ABOBRINHA REFOGADA 35G ● SALADA DE CENOURA COZIDA 40G ● ABACAXI 100G 	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 30,37 Lipídios (g): 14,38 Carboidrato (g): 74,97 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 413,88 Vitamina C (mg): 64,62 Energia (Kcal): 547,96					

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"> ● ARROZ 110G ● PEITO DE FRANGO GRELHADO (1 un / 80G) ● BATATA, CENOURA E CHUCHU REFOGADOS 40G ● SALADA DE PEPINO COM TOMATE 45G ● ABACAXI 100G 	<ul style="list-style-type: none"> ● ARROZ 110G ● ISCAS DE CARNE AO SUGO 80G ● BATATA REFOGADA 50G ● SALADA DE ACELGA 30G ● LARANJA (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● ARROZ 110G ● ISCAS DE CARNE REFOGADAS 80G ● FAROFA DE CENOURA 45G ● SALADA DE ACELGA COM LIMÃO 30G ● BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● ARROZ 110G ● ISCAS DE FRANGO AO SUGO 90G ● MACARRÃO SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA AO SUGO 80G ● SALADA DE CHUCHU COM CENOURA 30G ● ABACAXI 100G 	<ul style="list-style-type: none"> ● ARROZ 110G ● ISCAS DE CARNE REFOGADAS 80G ● SALADA DE VAGEM COM TOMATE 40G ● CAQUI (1 un / 120G) ● BATATA DOCE ASSADA 40G 	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 35,82 Lipídios (g): 10,27 Carboidrato (g): 86,53 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 688,52 Vitamina C (mg): 68,49 Energia (Kcal): 578,80					

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"> ● ARROZ 110G ● PEITO DE FRANGO GRELHADO (1 un / 80G) ● PURÊ DE BATATA SEM LEITE 40G ● LARANJA (1 un / 100G) ● SALADA DE TOMATE 60G 	<ul style="list-style-type: none"> ● ARROZ 110G ● PICADINHO DE CARNE 80G ● FAROFA DE CENOURA 45G ● SALADA DE ACELGA 30G ● BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● ARROZ 110G ● ISCAS DE CARNE AO SUGO 80G ● BATATA REFOGADA 50G ● SALADA DE PEPINO 40G ● CAQUI (1 un / 120G) 	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 32,69 Lipídios (g): 11,18 Carboidrato (g): 80,80 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 121,26 Vitamina C (mg): 58,08 Energia (Kcal): 551,52					

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"> ● ARROZ INTEGRAL 80G ● ALMÔNDEGAS DE CARNE ASSADAS AO SUGO SEM GLÚTEN E OVO 100G ● POLENTA CREMOSA 60G ● SALADA DE CENOURA RALADA COM LIMÃO 25G ● ABACAXI 100G 	<ul style="list-style-type: none"> ● ARROZ 110G ● BOLINHO DE CARNE SEM GLÚTEN 90G ● VAGEM REFOGADA 40G ● SALADA DE PEPINO 40G ● ABACAXI 100G 	<ul style="list-style-type: none"> ● ARROZ 110G ● FRANGO AO MOLHO 110G ● BATATA ASSADA COM ALEGRIIM 50G ● SALADA DE ALFACE 15G ● LARANJA (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● ARROZ 110G ● PEITO DE FRANGO GRELHADO (1 un / 80G) ● ABOBRINHA REFOGADA 35G ● SALADA DE TOMATE COM LIMÃO 60G ● CAQUI (1 un / 120G) 		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 32,41 Lipídios (g): 14,07 Carboidrato (g): 67,30 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 101,44 Vitamina C (mg): 75,15 Energia (Kcal): 519,92					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 32,77 Lipídios (g): 13,18 Carboidrato (g): 78,92 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 341,20 Vitamina C (mg): 70,72 Energia (Kcal): 561,92					