

Observações						
PARA CMEI: TODAS AS PREPARAÇÕES DEVEM SER ISENTAS DE SAL. PARA ESCOLAS AS PREPARAÇÕES DEVEM TER REDUÇÃO DE SAL CONFORME RECEITUÁRIO E AS SALADAS NÃO DEVEM TER ADIÇÃO DE SAL.						
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"> <li>● ARROZ (DIETA) 110G</li> <li>● FEIJÃO PRETO (DIETA) 90G</li> <li>● ISCAS DE FRANGO AO SUGO (DIETA) 90G</li> <li>● BATATA REFOGADA (DIETA) 50G</li> <li>● SALADA DE TOMATE 60G</li> <li>● MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ARROZ (DIETA) 110G</li> <li>● FEIJÃO CARIOCA (DIETA) 90G</li> <li>● CARNE DE PANELA COM MANJERICÃO (DIETA) 100G</li> <li>● FAROFA DE REPOLHO (DIETA) 30G</li> <li>● SALADA DE ALFACE COM CENOURA 30G</li> <li>● GOIABA (1 un / 80G)</li> </ul>	FERIADO - SEXTA-FEIRA SANTA	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 36,84 Lipídios (g): 7,50 Carboidrato (g): 83,09 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 147,52 Vitamina C (mg): 55,31 Energia (Kcal): 546,30					

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"> <li>● ARROZ (DIETA) 110G</li> <li>● FEIJÃO PRETO (DIETA) 90G</li> <li>● PICADINHO DE CARNE (DIETA) 80G</li> <li>● ABOBRINHA REFOGADA (DIETA) 35G</li> <li>● SALADA DE CENOURA RALADA COM LIMÃO 25G</li> <li>● ABACAXI 100G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ARROZ (DIETA) 110G</li> <li>● FEIJÃO CARIOCA (DIETA) 90G</li> <li>● ISCAS DE FRANGO AO SUGO (DIETA) 90G</li> <li>● VAGEM REFOGADA (DIETA) 40G</li> <li>● SALADA DE REPOLHO AO VINAGRETE 40G</li> <li>● SALADA DE FRUTAS SEM ABACAXI 100G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ARROZ (DIETA) 110G</li> <li>● FEIJÃO PRETO (DIETA) 90G</li> <li>● ISCAS DE CARNE REFOGADAS (DIETA) 80G</li> <li>● POLENTA CREMOSA (DIETA) 60G</li> <li>● SALADA DE PEPINO 40G</li> <li>● MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ARROZ (DIETA) 110G</li> <li>● FEIJÃO CARIOCA (DIETA) 90G</li> <li>● BARREADO (DIETA) 90G</li> <li>● FAROFA DE COUVE (DIETA) 30G</li> <li>● SALADA DE ALFACE COM TOMATE 25G</li> <li>● MELANCIA 150G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ARROZ (DIETA) 110G</li> <li>● FEIJÃO PRETO (DIETA) 90G</li> <li>● ALMÔNDEGAS DE FRANGO ASSADAS AO SUGO (DIETA) 100G</li> <li>● PURÊ DE BATATA (DIETA) 40G</li> <li>● CAQUI (1 un / 120G)</li> <li>● SALADA DE BETERRABA COM LIMÃO 50G</li> </ul>	
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 36,96 Lipídios (g): 7,29 Carboidrato (g): 91,29 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 142,63 Vitamina C (mg): 49,55 Energia (Kcal): 573,39					

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"> <li>● ARROZ (DIETA) 110G</li> <li>● FEIJÃO CARIOCA (DIETA) 90G</li> <li>● STROGONOFF DE CARNE (DIETA) 90G</li> <li>● BATATA REFOGADA (DIETA) 50G</li> <li>● SALADA DE ALFACE 15G</li> <li>● ABACAXI 100G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ARROZ (DIETA) 110G</li> <li>● FEIJÃO PRETO (DIETA) 90G</li> <li>● ISCAS DE FRANGO AO SUGO (DIETA) 90G</li> <li>● MACARRÃO PARAFUSO ALHO E ÓLEO 80G</li> <li>● SALADA DE CHUCHU COM CENOURA 30G</li> <li>● SAGU DE UVA 100G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ARROZ (DIETA) 110G</li> <li>● FEIJÃO CARIOCA (DIETA) 90G</li> <li>● POSTA ASSADA AO MOLHO (DIETA) 100G</li> <li>● FAROFA DE COUVE (DIETA) 30G</li> <li>● SALADA DE PEPINO COM TOMATE 45G</li> <li>● SALADA DE FRUTAS SEM ABACAXI 100G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ARROZ (DIETA) 110G</li> <li>● FEIJÃO PRETO (DIETA) 90G</li> <li>● PEITO DE FRANGO GRELHADO (DIETA) 80G</li> <li>● BATATA, CENOURA E CHUCHU REFOGADOS (DIETA) 40G</li> <li>● SALADA DE ACELGA COM LIMÃO 30G</li> <li>● MELANCIA 150G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ARROZ (DIETA) 110G</li> <li>● FEIJÃO CARIOCA (DIETA) 90G</li> <li>● ISCAS DE CARNE REFOGADAS (DIETA) 80G</li> <li>● QUIRERA (DIETA) 70G</li> <li>● MAÇÃ (1 un / 100G)</li> <li>● SALADA DE REPOLHO ROXO 40G</li> </ul>	
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 39,05 Lipídios (g): 9,19 Carboidrato (g): 94,93 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 157,53 Vitamina C (mg): 47,65 Energia (Kcal): 616,66					

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"> <li>● ARROZ (DIETA) 110G</li> <li>● FEIJÃO PRETO (DIETA) 90G</li> <li>● PEITO DE FRANGO GRELHADO (DIETA) 80G</li> <li>● PURÊ DE BATATA (DIETA) 40G</li> <li>● SALADA DE TOMATE 60G</li> <li>● MELANCIA 150G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ARROZ (DIETA) 110G</li> <li>● FEIJÃO CARIOCA (DIETA) 90G</li> <li>● PICADINHO DE CARNE (DIETA) 80G</li> <li>● FAROFA DE ESPINAFRE (DIETA) 30G</li> <li>● SALADA DE REPOLHO 40G</li> <li>● CAQUI (1 un / 120G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ARROZ (DIETA) 110G</li> <li>● FEIJÃO PRETO (DIETA) 90G</li> <li>● STROGONOFF DE CARNE (DIETA) 90G</li> <li>● BATATA REFOGADA (DIETA) 50G</li> <li>● SALADA DE PEPINO 40G</li> <li>● SALADA DE FRUTAS SEM ABACAXI 100G</li> </ul>	
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 38,23 Lipídios (g): 7,89 Carboidrato (g): 96,92 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 82,84 Vitamina C (mg): 53,49 Energia (Kcal): 606,55					

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"> <li>● ARROZ (DIETA) 110G</li> <li>● FEIJÃO CARIOCA (DIETA) 90G</li> <li>● ALMÔNDEGAS DE CARNE ASSADAS AO SUGO (DIETA) 100G</li> <li>● POLENTA CREMOSA (DIETA) 60G</li> <li>● SALADA DE CENOURA RALADA COM LIMÃO 25G</li> <li>● SALADA DE FRUTAS SEM ABACAXI 100G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ARROZ (DIETA) 110G</li> <li>● FEIJÃO PRETO (DIETA) 90G</li> <li>● PEITO DE FRANGO GRELHADO (DIETA) 80G</li> <li>● ABOBRINHA REFOGADA (DIETA) 35G               <ul style="list-style-type: none"> <li>● CAQUI (1 un / 120G)</li> </ul> </li> <li>● SALADA DE ALFACE 15G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ARROZ (DIETA) 110G</li> <li>● FEIJÃO CARIOCA (DIETA) 90G</li> <li>● QUIBE ASSADO SEM MOLHO (DIETA) 100G</li> <li>● VAGEM REFOGADA (DIETA) 40G</li> <li>● SALADA DE TOMATE 60G               <ul style="list-style-type: none"> <li>● MELANCIA 150G</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ARROZ (DIETA) 110G</li> <li>● FEIJÃO PRETO (DIETA) 90G</li> <li>● ISCAS DE FRANGO AO SUGO (DIETA) 90G</li> <li>● BATATA ASSADA COM ALECRIM (DIETA) 50G               <ul style="list-style-type: none"> <li>● MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul> </li> <li>● SALADA DE BETERRABA COZIDA 30G</li> </ul>		
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 37,86 Lipídios (g): 10,42 Carboidrato (g): 84,91 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 133,62 Vitamina C (mg): 35,28 Energia (Kcal): 577,42					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 37,89 Lipídios (g): 8,57 Carboidrato (g): 90,93 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 135,73 Vitamina C (mg): 47,27 Energia (Kcal): 588,01					