

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, 27/07	Terça-Feira, 28/07	Quarta-Feira, 29/07	Quinta-Feira, 30/07	Sexta-Feira, 31/07	Sábado, 01/08
DESJEJUM						• BANANA CATURRA (1 un / 182G)
COLAÇÃO						• BANANA CATURRA (1 un / 182G)
ALMOÇO						
LANCHE						
JANTAR						

Tabela Nutricional

Cálculo Semanal	Proteína (g): 3,06 Lipídios (g): 0,22 Carboidrato (g): 52,20 Cálcio (mg): 6,59 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 0,00 Vitamina C (mg): 12,92 Energia (Kcal): 201,73
-----------------	--

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 03/08	Terça-Feira, 04/08	Quarta-Feira, 05/08	Quinta-Feira, 06/08	Sexta-Feira, 07/08	Sábado, 08/08
DESJEJUM	• LEITE 150ML • PÃO DE LEITE 37,5G • MANTEIGA 5G	• QUEIJO 20G • SUCO DE LARANJA 150ML • PÃO DE LEITE 37,5G	• LEITE 150ML • PÃO FRANCÊS 37,5G • MANTEIGA 5G	• LEITE 150ML • PÃO DE LEITE 37,5G	• SUCO DE UVA 150ML • PÃO DE LEITE 37,5G • QUEIJO 20G	• 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 • FEIJÃO PRETO 100G • PEITO DE FRANGO À MILANESA 60G • MACARRÃO AO SUGO 65G • SALADA DE TOMATE 40G • BANANA CATURRA (1 un / 182G)	• ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G • MACARRÃO AO SUGO 65G • SALADA DE ALFACE 15G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G	• ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G • PEITO DE FRANGO À MILANESA 60G • MACARRÃO AO SUGO 65G • SALADA DE CHUCHU 20G • BANANA CATURRA (1 un / 182G)	• ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G • MACARRÃO AO SUGO 65G • SALADA DE TOMATE COM PEPINO 45G • BANANA CATURRA (1 un / 182G)	• ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G • PEITO DE FRANGO À MILANESA 60G • MACARRÃO AO SUGO 65G • SALADA DE BETERRABA 28G • BANANA CATURRA (1 un / 182G)	
LANCHE	• LEITE 150ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G • MAÇÃ (1 un / 137G)	• BANANA CATURRA (1 un / 182G) • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G	• LEITE 150ML • BANANA CATURRA (1 un / 182G)	• VITAMINA DE BANANA COM CACAU 150ML • BANANA CATURRA (1 un / 182G)	• PÃO DE LEITE 37,5G • SUCO DE UVA 150ML • MAÇÃ (1 un / 137G)	
JANTAR	• MACARRÃO AO SUGO 65G	• MACARRÃO AO SUGO 65G	• MACARRÃO AO SUGO 65G	• MACARRÃO AO SUGO 65G	• MACARRÃO AO SUGO 65G	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 49,99 Lipídios (g): 22,27 Carboidrato (g): 210,96 Cálcio (mg): 320,02 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 106,82 Vitamina C (mg): 56,03 Energia (Kcal): 1199,59					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 10/08	Terça-Feira, 11/08	Quarta-Feira, 12/08	Quinta-Feira, 13/08	Sexta-Feira, 14/08	Sábado, 15/08
DESJEJUM	• LEITE 150ML • PÃO DE LEITE 37,5G • MANTEIGA 5G	• LEITE 150ML • PÃO FRANCÊS 37,5G • QUEIJO 20G	• SUCO DE LARANJA 150ML • PÃO DE LEITE 37,5G	• LEITE 150ML • PÃO FRANCÊS 37,5G • MANTEIGA 5G	• LEITE 150ML • PÃO DE LEITE 37,5G • QUEIJO 20G	• 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 • FEIJÃO CARIOCA 100G • PEITO DE FRANGO À MILANESA 60G • MACARRÃO AO SUGO 65G • SALADA DE ACELGA 20G • BANANA CATURRA (1 un / 182G)	• ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G • MACARRÃO AO SUGO 65G • SALADA DE PEPINO 35G	• ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G • PEITO DE FRANGO À MILANESA 60G • MACARRÃO AO SUGO 65G • SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 15G • BANANA CATURRA (1 un / 182G)	• ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G • MACARRÃO AO SUGO 65G • SALADA DE BETERRABA 28G • BANANA CATURRA (1 un / 182G)	• ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G • PEITO DE FRANGO À MILANESA 60G • MACARRÃO AO SUGO 65G • SALADA DE CENOURA 25G • BANANA CATURRA (1 un / 182G)	
LANCHE	• LEITE 150ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G • MAÇÃ (1 un / 137G)	• BANANA CATURRA (1 un / 182G) • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G	• SUCO DE LARANJA 150ML • PÃO DE LEITE 37,5G • MAÇÃ (1 un / 137G)	• LEITE 150ML • BANANA CATURRA (1 un / 182G)	• SUCO DE MAÇÃ 150ML • PÃO DE LEITE 37,5G • MAÇÃ (1 un / 137G)	
JANTAR	• MACARRÃO AO SUGO 65G	• MACARRÃO AO SUGO 65G	• MACARRÃO AO SUGO 65G	• MACARRÃO AO SUGO 65G	• MACARRÃO AO SUGO 65G	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 49,73 Lipídios (g): 22,11 Carboidrato (g): 204,83 Cálcio (mg): 308,50 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 154,25 Vitamina C (mg): 59,38 Energia (Kcal): 1175,89					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 17/08	Terça-Feira, 18/08	Quarta-Feira, 19/08	Quinta-Feira, 20/08	Sexta-Feira, 21/08	Sábado, 22/08
DESJEJUM	• SUCO DE LARANJA 150ML • PÃO FRANCÊS 37,5G • MANTEIGA 5G	• LEITE 150ML • PÃO DE LEITE 37,5G • QUEIJO 20G	• LEITE 150ML • PÃO DE LEITE 37,5G	• LEITE 150ML • PÃO DE LEITE 37,5G • MANTEIGA 5G	• SUCO DE UVA 150ML • PÃO DE LEITE 37,5G • QUEIJO 20G	• 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 • FEIJÃO CARIOCA 100G • PEITO DE FRANGO À MILANESA 60G • MACARRÃO AO SUGO 65G • SALADA DE ACELGA 20G • BANANA CATURRA (1 un / 182G)	• ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G • MACARRÃO AO SUGO 65G • SALADA DE BETERRABA 28G	• ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G • PEITO DE FRANGO À MILANESA 60G • MACARRÃO AO SUGO 65G • SALADA DE ALFACE 15G • BANANA CATURRA (1 un / 182G)	• ARROZ 95G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) • FEIJÃO PRETO 100G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G • MACARRÃO AO SUGO 65G • SALADA DE REPOLHO 15G	• ARROZ 95G • SALADA DE PEPINO 35G • SALADA DE FRUTA 70G • PEITO DE FRANGO À MILANESA 60G • MACARRÃO AO SUGO 65G • FEIJÃO CARIOCA 100G	
LANCHE	• LEITE 150ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G • MAÇÃ (1 un / 137G)	• LEITE 150ML • BANANA CATURRA (1 un / 182G)	• SUCO DE UVA 150ML • PÃO DE LEITE 37,5G • MAÇÃ (1 un / 137G)	• BANANA CATURRA (1 un / 182G) • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G	• LEITE 150ML • PÃO DE LEITE 37,5G • MAÇÃ (1 un / 137G)	
JANTAR	• MACARRÃO AO SUGO 65G	• MACARRÃO AO SUGO 65G	• MACARRÃO AO SUGO 65G	• MACARRÃO AO SUGO 65G	• MACARRÃO AO SUGO 65G	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 49,60 Lipídios (g): 22,15 Carboidrato (g): 205,85 Cálcio (mg): 311,77 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 117,22 Vitamina C (mg): 60,69 Energia (Kcal): 1180,25					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 24/08	Terça-Feira, 25/08	Quarta-Feira, 26/08	Quinta-Feira, 27/08	Sexta-Feira, 28/08	Sábado, 29/08
DESJEJUM	• LEITE 150ML • PÃO DE LEITE 37,5G • MANTEIGA 5G	• LEITE 150ML • PÃO DE LEITE 37,5G • QUEIJO 20G	• SUCO DE UVA 150ML • PÃO FRANCÊS 37,5G • MANTEIGA 5G	• VITAMINA DE BANANA COM CACAU 150ML • PÃO DE LEITE 37,5G • MANTEIGA 5G	• LEITE 150ML • PÃO DE LEITE 37,5G • QUEIJO 20G	• 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 • FEIJÃO CARIOCA 100G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G • MACARRÃO AO SUGO 65G • SALADA DE PEPINO 35G • BANANA CATURRA (1 un / 182G)	• ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G • PEITO DE FRANGO À MILANESA 60G • MACARRÃO AO SUGO 65G • SALADA DE ACELGA 20G • BANANA CATURRA (1 un / 182G)	• ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G • MACARRÃO AO SUGO 65G • SALADA DE ALFACE 15G • BANANA CATURRA (1 un / 182G)	• ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G • PEITO DE FRANGO À MILANESA 60G • MACARRÃO AO SUGO 65G • SALADA DE ABOBRINHA 30G • BANANA CATURRA (1 un / 182G)	• ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G • MACARRÃO AO SUGO 65G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) • SALADA DE TOMATE 40G	
LANCHE	• LEITE 150ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G • MAÇÃ (1 un / 137G)	• LEITE 150ML • BANANA CATURRA (1 un / 182G)	• SUCO DE MAÇÃ 150ML • PÃO FRANCÊS 37,5G • MAÇÃ (1 un / 137G)	• BANANA CATURRA (1 un / 182G) • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G	• SUCO DE UVA 150ML • PÃO DE LEITE 37,5G • MAÇÃ (1 un / 137G)	
JANTAR	• MACARRÃO AO SUGO 65G	• MACARRÃO AO SUGO 65G	• MACARRÃO AO SUGO 65G	• MACARRÃO AO SUGO 65G	• MACARRÃO AO SUGO 65G	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 49,44 Lipídios (g): 22,03 Carboidrato (g): 209,23 Cálcio (mg): 319,57 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 127,73 Vitamina C (mg): 37,28 Energia (Kcal): 1189,23					

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 • MANTEIGA 5G					
COLAÇÃO	• BANANA CATURRA (1 un / 182G)					
ALMOÇO	• ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G • MACARRÃO AO SUGO 65G • SALADA DE ACELGA 20G • BANANA CATURRA (1 un / 182G)					
LANCHE	• LEITE 150ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G • MAÇÃ (1 un / 137G)					
JANTAR	• MACARRÃO AO SUGO 65G					
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 57,56 Lipídios (g): 26,33 Carboidrato (g): 221,53 Cálcio (mg): 415,69 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 264,38 Vitamina C (mg): 26,97 Energia (Kcal): 1307,26					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 48,20 Lipídios (g): 21,46 Carboidrato (g): 202,27 Cálcio (mg): 306,98 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 126,94 Vitamina C (mg): 50,78 Energia (Kcal): 1153,03					