

| 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, 01/12                                                                                                                                 | Terça-Feira, 02/12                                                                                                                                                                      | Quarta-Feira, 03/12                                                                                                                                   | Quinta-Feira, 04/12                                                                                                                                                    | Sexta-Feira, 05/12                                                                                                                                                                             | Sábado, 06/12                                                                                                             |
| REGULAR MANHÃ                                                                                                                                                                                               | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ G/NOT 180G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> <li>• ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50G</li> </ul>           | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE MARACUJÁ 200ML</li> <li>• FRANGO REFOGADO PARA PÃO G/NOT 60G</li> <li>• PÃO FRANCÊS 50G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• IOGURTE DE MORANGO 180G</li> <li>• FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 50G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• MACARRÃO PARAFUSO G/NOT 180G</li> <li>• CARNE MOÍDA REFOGADA COM TOMATE G/NOT 120G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE UVA 200ML</li> <li>• PÃO DE LEITE G/NOT (1 un / 75G)</li> <li>• ISCAS DE CARNE E TOMATE 60G</li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE ABACAXI 200ML</li> <li>• BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)</li> </ul> |
| REGULAR TARDE                                                                                                                                                                                               | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ G/NOT 180G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> <li>• ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50G</li> </ul>           | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE MARACUJÁ 200ML</li> <li>• FRANGO REFOGADO PARA PÃO G/NOT 60G</li> <li>• PÃO FRANCÊS 50G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• IOGURTE DE MORANGO 180G</li> <li>• FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 50G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• MACARRÃO PARAFUSO G/NOT 180G</li> <li>• CARNE MOÍDA REFOGADA COM TOMATE G/NOT 120G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE UVA 200ML</li> <li>• PÃO DE LEITE G/NOT (1 un / 75G)</li> <li>• ISCAS DE CARNE E TOMATE 60G</li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE ABACAXI 200ML</li> <li>• BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)</li> </ul> |
| Tabela Nutricional                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                           |
| Cálculo Semanal                                                                                                                                                                                             | Proteína (g): 46,12 Lipídios (g): 14,77 Carboidrato (g): 166,40 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 68,49 Vitamina C (mg): 31,25 Energia (Kcal): 974,08 |                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                           |

| Tipo de Refeição   | Segunda-Feira, 08/12                                                                                                                                     | Terça-Feira, 09/12                                                                                                                                             | Quarta-Feira, 10/12                                                                                                                                          | Quinta-Feira, 11/12                                                                                                                                                                                | Sexta-Feira, 12/12                                                                                                                                                                             | Sábado, 13/12                                                                                                             |
|--------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| REGULAR MANHÃ      | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ G/NOT 180G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> <li>• CARNE MOÍDA REFOGADA COM TOMATE G/NOT 120G</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• MACARRÃO PARAFUSO G/NOT 180G</li> <li>• ISCAS DE CARNE REFOGADAS G/NOT 70G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE UVA 200ML</li> <li>• BOLO DE CHOCOLATE G/NOT (1 un / 100G)</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE MANGA 200ML</li> <li>• PÃO DE LEITE G/NOT (1 un / 75G)</li> <li>• CACHORRO QUENTE (MOLHO 20ML E SALSICHA 50G) G/NOT (1 un / 70G)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE ACEROLA 200ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS G/NOT 75G</li> <li>• FRANGO REFOGADO PARA PÃO G/NOT 60G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE ABACAXI 200ML</li> <li>• BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)</li> </ul> |
| REGULAR TARDE      | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ G/NOT 180G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> <li>• CARNE MOÍDA REFOGADA COM TOMATE G/NOT 120G</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• MACARRÃO PARAFUSO G/NOT 180G</li> <li>• ISCAS DE CARNE REFOGADAS G/NOT 70G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE UVA 200ML</li> <li>• BOLO DE CHOCOLATE G/NOT (1 un / 100G)</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE MANGA 200ML</li> <li>• PÃO DE LEITE G/NOT (1 un / 75G)</li> <li>• CACHORRO QUENTE (MOLHO 20ML E SALSICHA 50G) G/NOT (1 un / 70G)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE ACEROLA 200ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS G/NOT 75G</li> <li>• FRANGO REFOGADO PARA PÃO G/NOT 60G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE ABACAXI 200ML</li> <li>• BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)</li> </ul> |
| Tabela Nutricional |                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                           |
| Cálculo Semanal    | Proteína (g): 47,47 Lipídios (g): 23,95 Carboidrato (g): 190,20 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 127,71 Vitamina C (mg): 227,02 Energia (Kcal): 1150,01  |                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                           |

| Tipo de Refeição   | Segunda-Feira, 15/12                                                                                                                                                                                | Terça-Feira, 16/12                                                                                                                                                         | Quarta-Feira, 17/12                                                                                                                                                                                                      | Quinta-Feira, 18/12                                                                                                                                                            | Sexta-Feira, 19/12 | Sábado, 20/12   |
|--------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|-----------------|
| REGULAR MANHÃ      | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE ABACAXI 200ML</li> <li>• <b>PÃO FRANCÊS G/NOT 75G</b></li> <li>• ISCAS DE CARNE E TOMATE 60G</li> <li>• <b>MAÇÃ (1 un / 100G)</b></li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>SUCO POLPA DE UVA 200ML</b></li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> <li>• <b>BOLO DE CHOCOLATE G/NOT (1 un / 100G)</b></li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE TANGERINA 200ML</li> <li>• <b>PÃO DE LEITE G/NOT (1 un / 75G)</b></li> <li>• <b>FRANGO REFOGADO PARA PÃO G/NOT 60G</b></li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• MACARRÃO PARAFUSO G/NOT 180G</li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> <li>• <b>CARNE MOÍDA REFOGADA COM TOMATE G/NOT 120G</b></li> </ul> | RECESSO ESCOLAR    | RECESSO ESCOLAR |
| REGULAR TARDE      | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE ABACAXI 200ML</li> <li>• <b>PÃO FRANCÊS G/NOT 75G</b></li> <li>• ISCAS DE CARNE E TOMATE 60G</li> <li>• <b>MAÇÃ (1 un / 100G)</b></li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>SUCO POLPA DE UVA 200ML</b></li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> <li>• <b>BOLO DE CHOCOLATE G/NOT (1 un / 100G)</b></li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE TANGERINA 200ML</li> <li>• <b>PÃO DE LEITE G/NOT (1 un / 75G)</b></li> <li>• <b>FRANGO REFOGADO PARA PÃO G/NOT 60G</b></li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• MACARRÃO PARAFUSO G/NOT 180G</li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> <li>• <b>CARNE MOÍDA REFOGADA COM TOMATE G/NOT 120G</b></li> </ul> | RECESSO ESCOLAR    | RECESSO ESCOLAR |
| Tabela Nutricional |                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                |                    |                 |
| Cálculo Semanal    | Proteína (g): 56,91 Lipídios (g): 24,40 Carboidrato (g): 210,13 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 72,13 Vitamina C (mg): 39,27 Energia (Kcal): 1255,22                                               |                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                |                    |                 |
| Cálculo Mensal     | Proteína (g): 49,32 Lipídios (g): 20,62 Carboidrato (g): 186,26 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 91,61 Vitamina C (mg): 106,67 Energia (Kcal): 1110,34                                              |                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                |                    |                 |