

| 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, 28/09                                                                                                                                                 | Terça-Feira, 29/09 | Quarta-Feira, 30/09 | Quinta-Feira, 01/10                                                                                                                            | Sexta-Feira, 02/10                                                                                                                     | Sábado, 03/10                                                                                                             |
| REGULAR MANHÃ                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                      |                    |                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE MORANGO 180ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS 50G</li> <li>• CARNE MOÍDA REFOGADA 60G</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 100G</li> <li>• ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE MORANGO 180ML</li> <li>• BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)</li> </ul> |
| Tabela Nutricional                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                      |                    |                     |                                                                                                                                                |                                                                                                                                        |                                                                                                                           |
| Cálculo Semanal                                                                                                                                                                                             | Proteína (g): 16,68 Lipídios (g): 7,09 Carboidrato (g): 54,92 Cálcio (mg): 48,86 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 16,66 Vitamina C (mg): 2,10 Energia (Kcal): 348,34 |                    |                     |                                                                                                                                                |                                                                                                                                        |                                                                                                                           |

| Tipo de Refeição          | Segunda-Feira, 05/10                                                                                                                                                  | Terça-Feira, 06/10                                                                                                                                                      | Quarta-Feira, 07/10                                                                                                                                 | Quinta-Feira, 08/10                                                                                                                                          | Sexta-Feira, 09/10                                                                                                                                                                            | Sábado, 10/10                                                                                                             |
|---------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| REGULAR MANHÃ             | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 100G</li> <li>• <b>ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50G</b></li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> </ul>                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>MACARRÃO PARAFUSO 100G</b></li> <li>• <b>ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50G</b></li> <li>• <b>BANANA (1 un / 130G)</b></li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE MANGA 180ML</li> <li>• <b>PÃO FRANCÊS 50G</b></li> <li>• CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>IOGURTE DE MORANGO 180G</b></li> <li>• FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 50G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE UVA 180ML</li> <li>• <b>PÃO FRANCÊS 50G</b></li> <li>• <b>CARNE MOÍDA REFOGADA 60G</b></li> <li>• ALFACE CRESPA (FOLHA) 10G</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE MORANGO 180ML</li> <li>• BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)</li> </ul> |
| <b>Tabela Nutricional</b> |                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                           |
| Cálculo Semanal           | Proteína (g): 17,15 Lipídios (g): 6,03 Carboidrato (g): 61,14 Cálcio (mg): 71,29 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 18,19 Vitamina C (mg): 13,78 Energia (Kcal): 365,56 |                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                           |

| Tipo de Refeição          | Segunda-Feira, 12/10                                                                                                                                                  | Terça-Feira, 13/10 | Quarta-Feira, 14/10                                                                                                                                                     | Quinta-Feira, 15/10                                                                                                                                 | Sexta-Feira, 16/10                                                                                                                                                                                                                    | Sábado, 17/10                                                                                                             |
|---------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| REGULAR MANHÃ             | FERIADO - NOSSA SENHORA APARECIDA                                                                                                                                     | RECESSO            | <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>MACARRÃO PARAFUSO 100G</b></li> <li>• <b>ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50G</b></li> <li>• <b>BANANA (1 un / 130G)</b></li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE UVA 180ML</li> <li>• BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE GOIABA 180ML</li> <li>• <b>PÃO FRANCÊS 50G</b></li> <li>• HAMBÚRGUER BOVINO ASSADO (1 un / 42G)</li> <li>• QUEIJO (1 un / 15G)</li> <li>• ALFACE CRESPA (FOLHA) 10G</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE MORANGO 180ML</li> <li>• BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)</li> </ul> |
| <b>Tabela Nutricional</b> |                                                                                                                                                                       |                    |                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                           |
| Cálculo Semanal           | Proteína (g): 15,00 Lipídios (g): 9,95 Carboidrato (g): 67,90 Cálcio (mg): 104,31 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 34,87 Vitamina C (mg): 2,29 Energia (Kcal): 415,11 |                    |                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                           |

| Tipo de Refeição          | Segunda-Feira, 19/10                                                                                                                                                   | Terça-Feira, 20/10                                                                                                                                    | Quarta-Feira, 21/10                                                                                                                                                                                   | Quinta-Feira, 22/10                                                                                                                                     | Sexta-Feira, 23/10                                                                                                                                            | Sábado, 24/10                                                                                                             |
|---------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| REGULAR MANHÃ             | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE MANGA 180ML</li> <li>• <b>PÃO FRANCÊS 50G</b></li> <li>• <b>CARNE MOÍDA REFOGADA 60G</b></li> </ul>             | <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>PÃO FRANCÊS 50G</b></li> <li>• CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G</li> <li>• SUCO POLPA DE ACEROLA 180ML</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50G</b></li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> <li>• <b>MACARRÃO PARAFUSO 100G</b></li> <li>• <b>BATATA REFOGADA 100G</b></li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• VITAMINA DE MORANGO 160ML</li> <li>• FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 50G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>MACARRÃO PARAFUSO 100G</b></li> <li>• <b>CARNE MOÍDA REFOGADA 60G</b></li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE MORANGO 180ML</li> <li>• BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)</li> </ul> |
| <b>Tabela Nutricional</b> |                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                               |                                                                                                                           |
| Cálculo Semanal           | Proteína (g): 17,70 Lipídios (g): 7,16 Carboidrato (g): 63,39 Cálcio (mg): 88,33 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 56,35 Vitamina C (mg): 113,26 Energia (Kcal): 385,00 |                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                               |                                                                                                                           |

| Tipo de Refeição   | Segunda-Feira, 26/10                                                                                                                                                  | Terça-Feira, 27/10                                                                                                                     | Quarta-Feira, 28/10                                                                                                                                                                                                             | Quinta-Feira, 29/10                                                                                                                                 | Sexta-Feira, 30/10                                                                                                                                                                 | Sábado, 31/10                                                                                                             |
|--------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| REGULAR MANHÃ      | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE UVA 180ML</li> <li>• BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul>                   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 100G</li> <li>• ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE MORANGO 180ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS 50G</li> <li>• HAMBÚRGUER BOVINO ASSADO (1 un / 42G)</li> <li>• QUEIJO (1 un / 15G)</li> <li>• ALFACE CRESPA (FOLHA) 10G</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• MACARRÃO PARAFUSO 100G</li> <li>• ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50G</li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE GOIABA 180ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS 50G</li> <li>• CARNE MOÍDA REFOGADA 60G</li> <li>• ALFACE CRESPA (FOLHA) 10G</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE MORANGO 180ML</li> <li>• BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)</li> </ul> |
| Tabela Nutricional |                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                           |
| Cálculo Semanal    | Proteína (g): 16,90 Lipídios (g): 8,31 Carboidrato (g): 59,73 Cálcio (mg): 75,80 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 29,51 Vitamina C (mg): 8,12 Energia (Kcal): 378,17  |                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                           |
| Cálculo Mensal     | Proteína (g): 16,82 Lipídios (g): 7,60 Carboidrato (g): 61,68 Cálcio (mg): 79,06 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 32,55 Vitamina C (mg): 33,06 Energia (Kcal): 379,11 |                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                           |