

Observações

OBSERVAÇÃO: ENVIAR TODOS OS ALIMENTOS SEPARADOS, INCLUSIVE OS RECHEIOS DOS PÃES. FRUTAS 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	• SUCO POLPA DE MARACUJÁ 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G • BANANA (1 un / 130G)	• ARROZ 100G • ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 50G • LARANJA (1 un / 100G)	• MACARRÃO PARAFUSO 100G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• SUCO POLPA DE UVA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• IOGURTE DE SOJA SABOR MORANGO 180ML • FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • BANANA (1 un / 130G)	• SUCO POLPA DE ABACAXI 200ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G
REGULAR TARDE	• SUCO POLPA DE MARACUJÁ 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G • BANANA (1 un / 130G)	• ARROZ 100G • ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 50G • LARANJA (1 un / 100G)	• MACARRÃO PARAFUSO 100G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• SUCO POLPA DE UVA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• IOGURTE DE SOJA SABOR MORANGO 180ML • FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • BANANA (1 un / 130G)	• SUCO POLPA DE ABACAXI 200ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 34,86 Lipídios (g): 10,65 Carboidrato (g): 134,96 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 46,74 Vitamina C (mg): 29,02 Energia (Kcal): 766,89					

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	• SUCO POLPA DE ACEROLA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• SUCO POLPA DE UVA 200ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G • BANANA (1 un / 130G)	• SUCO POLPA DE MANGA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• MACARRÃO PARAFUSO 100G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50G • BANANA (1 un / 130G)	• ARROZ 100G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50G • LARANJA (1 un / 100G)	• SUCO POLPA DE ABACAXI 200ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G
REGULAR TARDE	• SUCO POLPA DE ACEROLA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• SUCO POLPA DE UVA 200ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G • BANANA (1 un / 130G)	• SUCO POLPA DE MANGA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• MACARRÃO PARAFUSO 100G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50G • BANANA (1 un / 130G)	• ARROZ 100G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50G • LARANJA (1 un / 100G)	• SUCO POLPA DE ABACAXI 200ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 36,61 Lipídios (g): 13,58 Carboidrato (g): 138,44 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 77,64 Vitamina C (mg): 242,33 Energia (Kcal): 811,03					

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	• SUCO POLPA DE UVA 200ML • BANANA (1 un / 130G) • BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G	• SUCO POLPA DE ABACAXI 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• MACARRÃO PARAFUSO 100G • CARNE MOÍDA REFOGADA 60G • LARANJA (1 un / 100G)	• SUCO POLPA DE TANGERINA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G • BANANA (1 un / 130G)	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
REGULAR TARDE	• SUCO POLPA DE UVA 200ML • BANANA (1 un / 130G) • BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G	• SUCO POLPA DE ABACAXI 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• MACARRÃO PARAFUSO 100G • CARNE MOÍDA REFOGADA 60G • LARANJA (1 un / 100G)	• SUCO POLPA DE TANGERINA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G • BANANA (1 un / 130G)	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 36,45 Lipídios (g): 13,14 Carboidrato (g): 150,24 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 24,59 Vitamina C (mg): 36,83 Energia (Kcal): 837,33					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 35,91 Lipídios (g): 12,37 Carboidrato (g): 140,09 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 52,79 Vitamina C (mg): 110,96 Energia (Kcal): 801,05					