

Observações						
Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 03/11	Terça-Feira, 04/11	Quarta-Feira, 05/11	Quinta-Feira, 06/11	Sexta-Feira, 07/11	Sábado, 08/11
DESJEJUM	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE MATERNO / LEITE ENRIQUECIDO 200ML</li> <li>• PÃO DE LEITE 25G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE MATERNO / LEITE ENRIQUECIDO 200ML</li> <li>• PÃO DE LEITE 25G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE MATERNO / LEITE ENRIQUECIDO 200ML</li> <li>• <b>MUFFIN DE MAÇÃ E UVA PASSA SEM AÇÚCAR 60G</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE MATERNO / LEITE ENRIQUECIDO 200ML</li> <li>• PÃO DE LEITE 25G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE MATERNO / LEITE ENRIQUECIDO 200ML</li> <li>• PÃO DE LEITE 25G</li> </ul>	
COLAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MAÇÃ 75G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>MANGA 70G</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MAMÃO 60G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MANGA 70G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MAMÃO 60G</li> </ul>	
ALMOÇO	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 75G</li> <li>• FEIJÃO CARIOCA 60G</li> <li>• BRÓCOLIS REFOGADO 40G</li> <li>• OVOS MEXIDOS 40G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 75G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 60G</li> <li>• ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 30G</li> <li>• CENOURA REFOGADA 40G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 75G</li> <li>• FEIJÃO CARIOCA 60G</li> <li>• ISCAS DE CARNE 30G</li> <li>• PURÊ DE BATATA SEM LEITE 50G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 75G</li> <li>• CARNE MOÍDA REFOGADA 30G</li> <li>• COUVE-FLOR REFOGADA 40G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 60G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 75G</li> <li>• ABOBRINHA REFOGADA 50G</li> <li>• ISCAS DE FRANGO COM TOMATE 40G</li> <li>• FEIJÃO CARIOCA 60G</li> </ul>	
LANCHE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MELÃO 119G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• PERA COZIDA 75G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MAÇÃ COZIDA 105G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MELÃO 119G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>MANGA 70G</b></li> </ul>	
JANTAR	<ul style="list-style-type: none"> <li>• RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES 160G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• PAPA DE ARROZ, BATATA SALSA, CENOURA E CARNE 200G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• PAPA DE BATATA DOCE, BRÓCOLIS, CHUCHU, FRANGO E MACARRÃO 200G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• PAPA DE ABOBRINHA, FRANGO E MACARRÃO 200G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• PAPA DE LEGUMES, CARNE E MACARRÃO 200G</li> </ul>	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 38,64 Lipídios (g): 13,53 Carboidrato (g): 120,61 Ferro (mg): 7,65 Retinol (mg): 675,39 Vitamina C (mg): 84,12 Energia (Kcal): 709,17					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 10/11	Terça-Feira, 11/11	Quarta-Feira, 12/11	Quinta-Feira, 13/11	Sexta-Feira, 14/11	Sábado, 15/11
DESJEJUM	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE MATERNO / LEITE ENRIQUECIDO 200ML</li> <li>• PÃO DE LEITE 25G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE MATERNO / LEITE ENRIQUECIDO 200ML</li> <li>• PÃO DE LEITE 25G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE MATERNO / LEITE ENRIQUECIDO 200ML</li> <li>• PÃO DE LEITE 25G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE MATERNO / LEITE ENRIQUECIDO 200ML</li> <li>• PÃO DE LEITE 25G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE MATERNO / LEITE ENRIQUECIDO 200ML</li> <li>• MUFFIN DE MAÇÃ E UVA PASSA SEM AÇÚCAR 60G</li> </ul>	
COLAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MELÃO 119G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>MANGA 70G</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MANGA 70G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MELÃO 119G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>MANGA 70G</b></li> </ul>	
ALMOÇO	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 75G</li> <li>• FEIJÃO CARIOCA 60G</li> <li>• VAGEM REFOGADA 25G</li> <li>• CARNE MOÍDA REFOGADA 30G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 75G</li> <li>• ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 30G</li> <li>• BETERRABA COZIDA 30G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 60G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 75G</li> <li>• POLENTA 100G</li> <li>• FEIJÃO CARIOCA 60G</li> <li>• CARNE MOÍDA AO SUGO 40G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 75G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 60G</li> <li>• QUIBEBE 40G</li> <li>• ISCAS DE FÍGADO 30G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 75G</li> <li>• FEIJÃO CARIOCA 60G</li> <li>• ISCAS DE FRANGO AO SUGO 40G</li> <li>• CHUCHU REFOGADO 35G</li> </ul>	
LANCHE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• PERA COZIDA 75G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MAMÃO 60G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>PERA COZIDA 75G</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MAÇÃ COZIDA 105G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MAMÃO 60G</li> </ul>	
JANTAR	<ul style="list-style-type: none"> <li>• PAPA DE BATATA, BETERRABA, FRANGO E MACARRÃO 200G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• PAPA DE COUVE, FUBÁ E CARNE 200G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• PAPA DE ESPINAFRE, LEGUMES, FRANGO E MACARRÃO 200G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• PAPA DE ABOBRINHA, BETERRABA, FRANGO E MACARRÃO 200G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• PAPA DE FEIJÃO, CARNE E MACARRÃO 200G</li> </ul>	
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 39,37 Lipídios (g): 13,35 Carboidrato (g): 122,06 Ferro (mg): 8,02 Retinol (mg): 1259,72 Vitamina C (mg): 71,55 Energia (Kcal): 719,83					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 17/11	Terça-Feira, 18/11	Quarta-Feira, 19/11	Quinta-Feira, 20/11	Sexta-Feira, 21/11	Sábado, 22/11
DESJEJUM	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE MATERNO / LEITE ENRIQUECIDO 200ML</li> <li>• PÃO DE LEITE 25G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE MATERNO / LEITE ENRIQUECIDO 200ML</li> <li>• PÃO DE LEITE 25G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE MATERNO / LEITE ENRIQUECIDO 200ML</li> <li>• <b>MUFFIN DE MAÇÃ E UVA PASSA SEM AÇÚCAR 60G</b></li> </ul>	FERIADO - CONSCIÊNCIA NEGRA	RECESSO	
COLAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MAÇÃ 75G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>MANGA 70G</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MAÇÃ 75G</li> </ul>	FERIADO - CONSCIÊNCIA NEGRA	RECESSO	
ALMOÇO	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 75G</li> <li>• ISCAS DE CARNE 30G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 60G</li> <li>• CENOURA REFOGADA 40G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 75G</li> <li>• FEIJÃO CARIOCA 60G</li> <li>• FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES 40G</li> <li>• QUIRERA 60G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 75G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 60G</li> <li>• ISCAS DE CARNE 30G</li> <li>• BATATA ENSOPADA 50G</li> </ul>	FERIADO - CONSCIÊNCIA NEGRA	RECESSO	
LANCHE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• PERA COZIDA 75G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MAMÃO 60G</li> <li>• AVEIA EM FLOCOS FINOS 10G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MELÃO 119G</li> </ul>	FERIADO - CONSCIÊNCIA NEGRA	RECESSO	
JANTAR	<ul style="list-style-type: none"> <li>• PAPA DE COUVE, FUBÁ E CARNE 200G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• PAPA DE ABÓBORA, BRÓCOLIS, FEIJÃO, CARNE E MACARRÃO 200G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• PAPA DE BATATA SALSA, BRÓCOLIS, FRANGO E MACARRÃO 200G</li> </ul>	FERIADO - CONSCIÊNCIA NEGRA	RECESSO	
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 41,25 Lipídios (g): 13,98 Carboidrato (g): 130,70 Ferro (mg): 8,48 Retinol (mg): 677,52 Vitamina C (mg): 66,62 Energia (Kcal): 768,49					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 24/11	Terça-Feira, 25/11	Quarta-Feira, 26/11	Quinta-Feira, 27/11	Sexta-Feira, 28/11	Sábado, 29/11
DESJEJUM	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE MATERNO / LEITE ENRIQUECIDO 200ML</li> <li>• PÃO DE LEITE 25G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE MATERNO / LEITE ENRIQUECIDO 200ML</li> <li>• PÃO DE LEITE 25G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE MATERNO / LEITE ENRIQUECIDO 200ML</li> <li>• PÃO DE LEITE 25G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE MATERNO / LEITE ENRIQUECIDO 200ML</li> <li>• PÃO DE LEITE 25G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE MATERNO / LEITE ENRIQUECIDO 200ML</li> <li>• PÃO DE LEITE 25G</li> </ul>	
COLAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MELÃO 119G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MAMÃO 60G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>MANGA 70G</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MAMÃO 60G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MAÇÃ 75G</li> </ul>	
ALMOÇO	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 75G</li> <li>• ISCAS DE CARNE 30G</li> <li>• BRÓCOLIS COZIDO 40G</li> <li>• FEIJÃO CARIOCA 60G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 75G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 60G</li> <li>• ISCAS DE FRANGO COM TOMATE 40G</li> <li>• ABOBRINHA REFOGADA 50G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 75G</li> <li>• CARNE MOÍDA COM CHEIRO VERDE 30G</li> <li>• FEIJÃO CARIOCA 60G</li> <li>• POLENTA 100G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 75G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 60G</li> <li>• ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 30G</li> <li>• VAGEM REFOGADA 25G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 75G</li> <li>• QUIBEBE 40G</li> <li>• FEIJÃO CARIOCA 60G</li> <li>• ISCAS DE CARNE 30G</li> </ul>	
LANCHE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MAÇÃ COZIDA 105G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>PERA COZIDA 75G</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MELÃO 119G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MANGA 70G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE MATERNO / LEITE ENRIQUECIDO 200ML</li> <li>• MUFFIN DE MAÇÃ E UVA PASSA SEM AÇÚCAR 60G</li> </ul>	
JANTAR	<ul style="list-style-type: none"> <li>• PAPA DE BATATA, BETERRABA, FRANGO E MACARRÃO 200G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• PAPA DE ARROZ, BATATA, SALSA, CENOURA E CARNE 200G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• PAPA DE ABÓBORA, BRÓCOLIS, FRANGO E MACARRÃO 200G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• PAPA DE LEGUMES, CARNE E MACARRÃO 200G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• PAPA DE FEIJÃO, CARNE E MACARRÃO 200G</li> </ul>	
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 40,77 Lipídios (g): 14,41 Carboidrato (g): 124,37 Ferro (mg): 8,48 Retinol (mg): 701,16 Vitamina C (mg): 71,96 Energia (Kcal): 745,74					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 39,87 Lipídios (g): 13,80 Carboidrato (g): 123,74 Ferro (mg): 8,12 Retinol (mg): 845,22 Vitamina C (mg): 74,33 Energia (Kcal): 732,17					