

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, 30/03	Terça-Feira, 31/03	Quarta-Feira, 01/04	Quinta-Feira, 02/04	Sexta-Feira, 03/04	Sábado, 04/04
DESJEJUM			<ul style="list-style-type: none"> • PÃO DE LEITE 37,5G • MANTEIGA 5G • VITAMINA DE BANANA COM CACAU 150ML 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO DE MAÇÃ 150ML • PÃO DE LEITE 37,5G • QUEIJO 20G 	FERIADO - SEXTA-FEIRA SANTA	
COLAÇÃO			<ul style="list-style-type: none"> • BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	<ul style="list-style-type: none"> • BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	FERIADO - SEXTA-FEIRA SANTA	
ALMOÇO			<ul style="list-style-type: none"> • OVOS MEXIDOS 60G • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65G • SALADA DE TOMATE 40G • ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	<ul style="list-style-type: none"> • OVOS MEXIDOS 60G • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65G • SALADA DE BETERRABA 28G • ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	FERIADO - SEXTA-FEIRA SANTA	
LANCHE			<ul style="list-style-type: none"> • LEITE 150ML • BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	<ul style="list-style-type: none"> • BANANA CATURRA (1 un / 182G) • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G 	FERIADO - SEXTA-FEIRA SANTA	
JANTAR			<ul style="list-style-type: none"> • OVOS MEXIDOS 60G • ARROZ 95G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95G • OVOS MEXIDOS 60G 	FERIADO - SEXTA-FEIRA SANTA	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 56,29 Lipídios (g): 31,94 Carboidrato (g): 297,06 Cálcio (mg): 398,16 Ferro (mg): 9,65 Retinol (mg): 307,50 Vitamina C (mg): 38,15 Energia (Kcal): 1627,55					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 06/04	Terça-Feira, 07/04	Quarta-Feira, 08/04	Quinta-Feira, 09/04	Sexta-Feira, 10/04	Sábado, 11/04
DESJEJUM	<ul style="list-style-type: none"> ● PÃO FRANCÊS 37,5G ● LEITE 150ML ● MANTEIGA 5G 	<ul style="list-style-type: none"> ● SUCO DE UVA 150ML ● PÃO DE LEITE 37,5G ● QUEIJO 20G 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE 150ML ● BISCOITO CREAM CRAKER 30G 	<ul style="list-style-type: none"> ● PÃO DE LEITE 37,5G ● SUCO DE LARANJA 150ML ● MANTEIGA 5G 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE 150ML ● PÃO FRANCÊS 37,5G ● QUEIJO 20G 	<ul style="list-style-type: none"> ● 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	<ul style="list-style-type: none"> ● SALADA DE TOMATE 40G ● ARROZ 95G ● FEIJÃO PRETO 100G ● OVOS MEXIDOS 60G ● MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65G ● BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● OVOS MEXIDOS 60G ● SALADA DE CENOURA 25G ● ARROZ 95G ● FEIJÃO CARIOCA 100G ● MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65G ● BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● SALADA DE ALFACE 15G ● ARROZ 95G ● FEIJÃO PRETO 100G ● OVOS MEXIDOS 60G ● MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65G ● BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● OVOS MEXIDOS 60G ● MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65G ● ARROZ 95G ● FEIJÃO CARIOCA 100G ● SALADA DE ABOBRINHA 30G ● BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● SALADA DE CHUCHU 20G ● OVOS MEXIDOS 60G ● MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65G ● ARROZ 95G ● BANANA CATURRA (1 un / 182G) ● FEIJÃO PRETO 100G 	
LANCHE	<ul style="list-style-type: none"> ● FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G ● LEITE 150ML ● MAÇÃ (1 un / 137G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G ● BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● SUCO DE MAÇÃ 150ML ● BISCOITO CREAM CRAKER 30G ● MAÇÃ (1 un / 137G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● SUCO DE MAÇÃ 150ML ● BISCOITO CREAM CRAKER 30G ● MAÇÃ (1 un / 137G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● BANANA CATURRA (1 un / 182G) ● LEITE 150ML 	
JANTAR	<ul style="list-style-type: none"> ● OVOS MEXIDOS 60G ● ARROZ 95G 	<ul style="list-style-type: none"> ● OVOS MEXIDOS 60G ● ARROZ 95G 	<ul style="list-style-type: none"> ● ARROZ 95G ● OVOS MEXIDOS 60G 	<ul style="list-style-type: none"> ● ARROZ 95G ● OVOS MEXIDOS 60G 	<ul style="list-style-type: none"> ● OVOS MEXIDOS 60G ● ARROZ 95G 	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 46,09 Lipídios (g): 26,72 Carboidrato (g): 250,41 Cálcio (mg): 296,77 Ferro (mg): 8,20 Retinol (mg): 289,79 Vitamina C (mg): 54,86 Energia (Kcal): 1368,96					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 13/04	Terça-Feira, 14/04	Quarta-Feira, 15/04	Quinta-Feira, 16/04	Sexta-Feira, 17/04	Sábado, 18/04
DESJEJUM	<ul style="list-style-type: none"> • PÃO DE LEITE 37,5G • MANTEIGA 5G • LEITE 150ML 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE 150ML • PÃO FRANCÊS 37,5G • QUEIJO 20G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO DE UVA 150ML • PÃO DE LEITE 37,5G • MANTEIGA 5G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE 150ML • PÃO DE LEITE 37,5G • QUEIJO 20G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO DE LARANJA 150ML • PÃO DE LEITE 37,5G • MANTEIGA 5G 	<ul style="list-style-type: none"> • BANANA CATURRA (1 un / 182G)
COLAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> • BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	<ul style="list-style-type: none"> • BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	<ul style="list-style-type: none"> • BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	<ul style="list-style-type: none"> • BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	<ul style="list-style-type: none"> • BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	<ul style="list-style-type: none"> • BANANA CATURRA (1 un / 182G)
ALMOÇO	<ul style="list-style-type: none"> • SALADA DE TOMATE 40G • OVOS MEXIDOS 60G • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) • ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • OVOS MEXIDOS 60G • SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 15G • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) • ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • SALADA DE ALFACE 15G • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65G • ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) • OVOS MEXIDOS 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • SALADA DE PEPINO 35G • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65G • ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) • OVOS MEXIDOS 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G • SALADA DE ACELGA 20G • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) • ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G 	
LANCHE	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO DE UVA 150ML • PÃO DE LEITE 37,5G • RECHEIO DE CARNE MOÍDA 35,5G • MAÇÃ (1 un / 137G) 	<ul style="list-style-type: none"> • BANANA CATURRA (1 un / 182G) • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE 150ML • BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO DE MAÇÃ 150ML • BISCOITO CREAM CRAKER 30G • MAÇÃ (1 un / 137G) 	<ul style="list-style-type: none"> • IOGURTE DE MORANGO 180ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G • MAÇÃ (1 un / 137G) 	
JANTAR	<ul style="list-style-type: none"> • OVOS MEXIDOS 60G • ARROZ 95G 	<ul style="list-style-type: none"> • OVOS MEXIDOS 60G • ARROZ 95G 	<ul style="list-style-type: none"> • OVOS MEXIDOS 60G • ARROZ 95G 	<ul style="list-style-type: none"> • OVOS MEXIDOS 60G • ARROZ 95G 	<ul style="list-style-type: none"> • OVOS MEXIDOS 60G • ARROZ 95G 	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 50,25 Lipídios (g): 26,51 Carboidrato (g): 253,60 Cálcio (mg): 306,03 Ferro (mg): 7,91 Retinol (mg): 249,81 Vitamina C (mg): 62,92 Energia (Kcal): 1398,86					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 20/04	Terça-Feira, 21/04	Quarta-Feira, 22/04	Quinta-Feira, 23/04	Sexta-Feira, 24/04	Sábado, 25/04
DESJEJUM	RECESSO - TIRADENTES	FERIADO - TIRADENTES	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE 150ML • PÃO DE LEITE 37,5G • MANTEIGA 5G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO DE UVA 150ML • PÃO DE LEITE 37,5G • QUEIJO 20G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE 150ML • PÃO FRANCÊS 37,5G • MANTEIGA 5G 	<ul style="list-style-type: none"> • BANANA CATURRA (1 un / 182G)
COLAÇÃO	RECESSO - TIRADENTES	FERIADO - TIRADENTES	<ul style="list-style-type: none"> • BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	<ul style="list-style-type: none"> • BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	<ul style="list-style-type: none"> • BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	<ul style="list-style-type: none"> • BANANA CATURRA (1 un / 182G)
ALMOÇO	RECESSO - TIRADENTES	FERIADO - TIRADENTES	<ul style="list-style-type: none"> • OVOS MEXIDOS 60G • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65G • SALADA DE TOMATE 40G • ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	<ul style="list-style-type: none"> • OVOS MEXIDOS 60G • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65G • ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) • SALADA DE VAGEM COM CENOURA 30G 	<ul style="list-style-type: none"> • SALADA DE ACELGA 20G • OVOS MEXIDOS 60G • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65G • ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	
LANCHE	RECESSO - TIRADENTES	FERIADO - TIRADENTES	<ul style="list-style-type: none"> • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G • LEITE 150ML • MAÇÃ (1 un / 137G) 	<ul style="list-style-type: none"> • BANANA CATURRA (1 un / 182G) • IOGURTE DE MORANGO 180ML 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO DE MAÇÃ 150ML • BISCOITO CREAM CRAKER 30G • MAÇÃ (1 un / 137G) 	
JANTAR	RECESSO - TIRADENTES	FERIADO - TIRADENTES	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95G • OVOS MEXIDOS 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • OVOS MEXIDOS 60G • ARROZ 95G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95G • OVOS MEXIDOS 60G 	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 42,80 Lipídios (g): 24,69 Carboidrato (g): 237,40 Cálcio (mg): 317,96 Ferro (mg): 7,47 Retinol (mg): 307,05 Vitamina C (mg): 41,09 Energia (Kcal): 1289,14					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 27/04	Terça-Feira, 28/04	Quarta-Feira, 29/04	Quinta-Feira, 30/04	Sexta-Feira, 01/05	Sábado, 02/05
DESJEJUM	<ul style="list-style-type: none"> • PÃO DE LEITE 37,5G • SUCO DE LARANJA 150ML • MANTEIGA 5G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE 150ML • QUEIJO 20G • PÃO FRANCÊS 37,5G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO DE MAÇÃ 150ML • PÃO DE LEITE 37,5G • MANTEIGA 5G 	<ul style="list-style-type: none"> • PÃO DE LEITE 37,5G • QUEIJO 20G • VITAMINA DE BANANA COM CACAU 150ML 		
COLAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> • BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	<ul style="list-style-type: none"> • BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	<ul style="list-style-type: none"> • BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	<ul style="list-style-type: none"> • BANANA CATURRA (1 un / 182G) 		
ALMOÇO	<ul style="list-style-type: none"> • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65G • SALADA DE TOMATE 40G • OVOS MEXIDOS 60G • ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	<ul style="list-style-type: none"> • OVOS MEXIDOS 60G • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65G • SALADA DE ALFACE 15G • ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SALADA DE ABOBRINHA 30G • OVOS MEXIDOS 60G • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65G • ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SALADA DE PEPINO 35G • OVOS MEXIDOS 60G • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65G • ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) 		
LANCHE	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO DE UVA 150ML • BISCOITO CREAM CRAKER 30G • MAÇÃ (1 un / 137G) 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE 150ML • BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	<ul style="list-style-type: none"> • BANANA CATURRA (1 un / 182G) • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO DE LARANJA 150ML • BISCOITO CREAM CRAKER 30G • MAÇÃ (1 un / 137G) 		
JANTAR	<ul style="list-style-type: none"> • OVOS MEXIDOS 60G • ARROZ 95G 	<ul style="list-style-type: none"> • OVOS MEXIDOS 60G • ARROZ 95G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95G • OVOS MEXIDOS 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95G • OVOS MEXIDOS 60G 		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 54,95 Lipídios (g): 32,13 Carboidrato (g): 291,81 Cálcio (mg): 351,21 Ferro (mg): 9,71 Retinol (mg): 286,53 Vitamina C (mg): 95,30 Energia (Kcal): 1610,60					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 49,16 Lipídios (g): 27,75 Carboidrato (g): 260,68 Cálcio (mg): 322,26 Ferro (mg): 8,40 Retinol (mg): 283,04 Vitamina C (mg): 60,39 Energia (Kcal): 1430,05					