

Observações						
-						
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
ALMOÇO			<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • POSTA ASSADA AO MOLHO 100G • FAROFA DE REPOLHO 30G • SALADA DE TOMATE 60G • MAÇÃ (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • PEITO DE FRANGO À MILANESA (1 un / 100G) • CENOURA REFOGADA 30G • SALADA DE ALFACE 15G • SALADA DE FRUTAS 100G 	FERIADO - SEXTA-FEIRA SANTA	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 39,72 Lipídios (g): 15,09 Carboidrato (g): 93,43 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 299,90 Vitamina C (mg): 41,18 Energia (Kcal): 666,56					

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
ALMOÇO	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • FRANGO ASSADO 110G • POLENTA CREMOSA 60G • SALADA DE PEPINO COM TOMATE 45G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • BARREADO (DIETA) 90G • FAROFA DE CENOURA 45G • SALADA DE ALFACE 15G • MELANCIA 150G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ INTEGRAL 80G • FEIJÃO PRETO 90G • ALMÔNDEGAS DE FRANGO ASSADAS AO SUGO 100G • PURÊ DE BATATA SEM LEITE 40G • SALADA DE BETERRABA RALADA 25G • CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • PICADINHO DE CARNE COM CENOURA E CHAMPIGNON 100G • CHUCHU REFOGADO 40G • SALADA DE REPOLHO AO VINAGRETE 40G • ABACAXI 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • PEITO DE FRANGO À MILANESA (1 un / 100G) • ABOBRINHA REFOGADA 35G • SALADA DE CENOURA RALADA COM LIMÃO 25G • SALADA DE FRUTAS 100G 	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 35,76 Lipídios (g): 17,20 Carboidrato (g): 94,13 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 194,10 Vitamina C (mg): 50,93 Energia (Kcal): 668,28					

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
ALMOÇO	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 80G • QUIRERA 70G • SALADA DE ALFACE 15G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • BIFE ACEBOLADO (1 un / 100G) • FAROFA DE CENOURA 45G • SALADA DE PEPINO COM TOMATE 45G • SALADA DE FRUTAS 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • ISCAS DE FRANGO AO SUGO 90G • MACARRÃO PARAFUSO ALHO E ÓLEO 80G • SALADA DE CHUCHU COM CENOURA 30G • ABACAXI 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 80G • BATATA PALHA 25G • SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 40G • CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • PEITO DE FRANGO GRELHADO (1 un / 80G) • BATATA, CENOURA E CHUCHU REFOGADOS 40G • SALADA DE ACELGA COM LIMÃO 30G • MELANCIA 150G 	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 40,72 Lipídios (g): 15,44 Carboidrato (g): 100,66 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 167,33 Vitamina C (mg): 58,02 Energia (Kcal): 699,96					

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
ALMOÇO	RECESSO - TIRADENTES	FERIADO - TIRADENTES	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • PICADINHO DE CARNE 80G • FAROFA DE CENOURA 45G • SALADA DE PEPINO 40G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 80G • BATATA PALHA 25G • SALADA DE REPOLHO 40G • CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • PEITO DE FRANGO À MILANESA (1 un / 100G) • PURÊ DE BATATA SEM LEITE 40G • SALADA DE TOMATE 60G • MELANCIA 150G 	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 40,22 Lipídios (g): 18,95 Carboidrato (g): 106,46 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 87,74 Vitamina C (mg): 48,55 Energia (Kcal): 751,13					

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
ALMOÇO	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ INTEGRAL 80G • FEIJÃO CARIOCA 90G • QUIBE ASSADO SEM MOLHO 100G • CHUCHU REFOGADO 40G • SALADA DE PEPINO 40G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • ISCAS DE FRANGO AO SUGO 90G • BATATA ASSADA COM ALEGRIM 50G • SALADA DE ALFACE 15G • ABACAXI 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • PEITO DE FRANGO GRELHADO (1 un / 80G) • ABOBRINHA REFOGADA 35G • SALADA DE BETERRABA RALADA 25G • CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • ALMÔNDEGAS DE CARNE ASSADAS AO SUGO 100G • POLENTA CREMOSA 60G • SALADA DE CENOURA RALADA COM LIMÃO 25G • SALADA DE FRUTAS 100G 		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 37,87 Lipídios (g): 15,28 Carboidrato (g): 86,95 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 117,16 Vitamina C (mg): 57,69 Energia (Kcal): 625,81					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 38,63 Lipídios (g): 16,39 Carboidrato (g): 96,21 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 165,20 Vitamina C (mg): 52,82 Energia (Kcal): 680,58					