

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
DESJEJUM			<ul style="list-style-type: none"> • PÃO SEM LEITE 37,5G • MANTEIGA SEM LACTOSE 5G • VITAMINA DE BANANA COM CACAU SEM LACTOSE 150ML 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO DE MAÇÃ 150ML • PÃO SEM LEITE 37,5G • MANTEIGA SEM LACTOSE 5G 	FERIADO - SEXTA-FEIRA SANTA	
COLAÇÃO			<ul style="list-style-type: none"> • PERA (1 un / 150G) 	<ul style="list-style-type: none"> • MELÃO 170G 	FERIADO - SEXTA-FEIRA SANTA	
ALMOÇO			<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95G • FRANGO AO SUGO 56G • FAROFA DE COUVE 20G • SALADA DE BETERRABA 28G • CAQUI (1 un / 180G) • FEIJÃO PRETO 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 48G • BATATA DOCE COZIDA 35G • SALADA DE REPOLHO 15G • MAMÃO 122G • FEIJÃO CARIOCA 100G 	FERIADO - SEXTA-FEIRA SANTA	
LANCHE			<ul style="list-style-type: none"> • BANANA CATURRA (1 un / 182G) • AVEIA EM FLOCOS FINOS 10G 	<ul style="list-style-type: none"> • VITAMINA DE MANGA SEM LACTOSE 180ML • MAÇÃ (1 un / 137G) 	FERIADO - SEXTA-FEIRA SANTA	
JANTAR			<ul style="list-style-type: none"> • SOPA DE BATATAS, BRÓCOLIS, CARNE E MACARRÃO 180G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ CARRETEIRO 180G 	FERIADO - SEXTA-FEIRA SANTA	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 52,23 Lipídios (g): 30,07 Carboidrato (g): 237,24 Cálcio (mg): 524,95 Ferro (mg): 11,52 Retinol (mg): 778,09 Vitamina C (mg): 129,65 Energia (Kcal): 1395,04					

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 SEM LEITE 37,5G • MANTEIGA SEM LACTOSE 5G • LEITE SEM LACTOSE 190ML 	<ul style="list-style-type: none"> • PÃO SEM LEITE 37,5G • SUCO DE UVA 150ML • MANTEIGA SEM LACTOSE 5G 	<ul style="list-style-type: none"> • BOLO DE CENOURA SEM AÇÚCAR, LEITE, OVOS E SOJA 50G • LEITE SEM LACTOSE 190ML 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO DE LARANJA 150ML • MANTEIGA SEM LACTOSE 5G • PÃO SEM LEITE 37,5G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE SEM LACTOSE 190ML • PÃO SEM LEITE 37,5G • MANTEIGA SEM LACTOSE 5G 	<ul style="list-style-type: none"> • BANANA CATURRA (1 un / 182G)
COLAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ (1 un / 137G) 	<ul style="list-style-type: none"> • PERA (1 un / 150G) 	<ul style="list-style-type: none"> • BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	<ul style="list-style-type: none"> • MELÃO 170G 	<ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ (1 un / 137G) 	<ul style="list-style-type: none"> • MAMÃO 122G
ALMOÇO	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95G • PICADINHO DE CARNE 56G • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65G • SALADA DE TOMATE 40G • MELÃO 170G • FEIJÃO PRETO 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95G • POLENTA 100G • SALADA DE ALFACE 15G • FEIJÃO CARIOCA 100G • FRANGO AO MOLHO COM CENOURA E VAGEM 56G • MELANCIA 340G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95G • PURÊ DE BATATA SEM LEITE 50G • SALADA DE ABOBRINHA 30G • LARANJA (1 un / 150G) • FEIJÃO PRETO 100G • CARNE MOÍDA AO MOLHO COM CENOURA E ERVILHA 56G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G • ISCAS DE FRANGO COM TOMATE 54G • BRÓCOLIS COZIDO 50G • SALADA DE PEPINO 35G • MAMÃO 122G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G • BARREADO 56G • FAROFA DE BANANA 30G • SALADA DE ALFACE COM TOMATE 35G • CAQUI (1 un / 180G) 	
LANCHE	<ul style="list-style-type: none"> • VITAMINA DE MANGA SEM LACTOSE 180ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G 	<ul style="list-style-type: none"> • MAMÃO 122G • AVEIA EM FLOCOS FINOS 10G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO DE MAÇÃ 150ML • SANDUÍCHE VEGANO 65G 	<ul style="list-style-type: none"> • IOGURTE DE MORANGO SEM LACTOSE 180ML • BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE MAÇÃ COM CANELA SEM AÇÚCAR 190ML • BOLO DE BANANA COM AVEIA SEM AÇÚCAR 60G 	
JANTAR	<ul style="list-style-type: none"> • ESCONDIDINHO DE FRANGO SEM LEITE 170G 	<ul style="list-style-type: none"> • SOPA CREME DE BATATA SALSA E CARNE 200G 	<ul style="list-style-type: none"> • FRANGO AO SUGO 56G • PURÊ DE BATATA SEM LEITE - JANTAR 120G 	<ul style="list-style-type: none"> • SOPA DE FEIJÃO COM MACARRÃO 180G 	<ul style="list-style-type: none"> • RISOTO DE FRANGO 200G 	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 47,67 Lipídios (g): 22,43 Carboidrato (g): 188,24 Cálcio (mg): 373,41 Ferro (mg): 8,44 Retinol (mg): 413,41 Vitamina C (mg): 156,51 Energia (Kcal): 1116,94					

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"> • CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR 120ML • PÃO SEM LEITE 37,5G • MANTEIGA SEM LACTOSE 5G 	<ul style="list-style-type: none"> • PÃO SEM LEITE 37,5G • LEITE SEM LACTOSE 190ML • MANTEIGA SEM LACTOSE 5G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO DE UVA 150ML • PÃO SEM LEITE 37,5G • MANTEIGA SEM LACTOSE 5G 	<ul style="list-style-type: none"> • PÃO SEM LEITE 37,5G • CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR 120ML • MANTEIGA SEM LACTOSE 5G 	<ul style="list-style-type: none"> • PÃO SEM LEITE 37,5G • MANTEIGA SEM LACTOSE 5G • LEITE SEM LACTOSE 190ML 	<ul style="list-style-type: none"> • BANANA CATURRA (1 un / 182G)
COLAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> • MELANCIA 340G 	<ul style="list-style-type: none"> • MELÃO 170G 	<ul style="list-style-type: none"> • PERA (1 un / 150G) 	<ul style="list-style-type: none"> • MELÃO 170G 	<ul style="list-style-type: none"> • PERA (1 un / 150G) 	<ul style="list-style-type: none"> • MELANCIA 340G
ALMOÇO	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95G • SALADA DE TOMATE 40G • LARANJA (1 un / 150G) • FEIJÃO PRETO 100G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 48G • BRÓCOLIS REFOGADO 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95G • ISCAS DE FRANGO COM TOMATE 54G • BATATA DOCE COZIDA 35G • SALADA DE PEPINO 35G • CAQUI (1 un / 180G) • FEIJÃO CARIOCA 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95G • PICADINHO DE CARNE 56G • QUIRERA 60G • SALADA DE ALFACE 15G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) • FEIJÃO PRETO 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G • PEITO DE FRANGO À MILANESA 60G • BATATA, CENOURA E CHUCHU REFOGADOS 40G • SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 15G • LARANJA (1 un / 150G) 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G • CARNE MOÍDA COM TOMATE E CHEIRO VERDE 45G • SALADA DE BETERRABA 28G • COUVE-FLOR REFOGADA 25G • MELANCIA 340G 	
LANCHE	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO DE UVA 150ML • PÃO SEM LEITE 37,5G • RECHEIO DE CARNE MOÍDA 35,5G 	<ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ (1 un / 137G) • MINGAU DE AVEIA COM LEITE SEM LACTOSE 200G 	<ul style="list-style-type: none"> • MAMÃO 122G • AVEIA EM FLOCOS FINOS 10G 	<ul style="list-style-type: none"> • IOGURTE DE MORANGO SEM LACTOSE 180ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE MAÇÃ COM CANELA SEM AÇÚCAR 190ML • BOLO DE LARANJA SEM AÇÚCAR, LEITE, OVOS E SOJA 50G 	
JANTAR	<ul style="list-style-type: none"> • CANJA 200G 	<ul style="list-style-type: none"> • POLENTA - JANTAR 120G • CARNE MOÍDA AO SUGO 56G 	<ul style="list-style-type: none"> • RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES 180G 	<ul style="list-style-type: none"> • SOPA DE ABÓBORA, CARNE E MACARRÃO 180G 	<ul style="list-style-type: none"> • PURÊ DE BATATA SEM LEITE - JANTAR 120G • FRANGO AO SUGO 56G 	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 47,66 Lipídios (g): 22,03 Carboidrato (g): 174,06 Cálcio (mg): 313,06 Ferro (mg): 7,38 Retinol (mg): 623,05 Vitamina C (mg): 121,46 Energia (Kcal): 1050,90					

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 SEM LACTOSE 190ML • PÃO SEM LEITE 37,5G • MANTEIGA SEM LACTOSE 5G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO DE UVA 150ML • PÃO SEM LEITE 37,5G • MANTEIGA SEM LACTOSE 5G 	<ul style="list-style-type: none"> • PÃO SEM LEITE 37,5G • MANTEIGA SEM LACTOSE 5G • LEITE SEM LACTOSE 190ML 	<ul style="list-style-type: none"> • MELÃO 170G
COLAÇÃO	RECESSO - TIRADENTES	FERIADO - TIRADENTES	<ul style="list-style-type: none"> • MELÃO 170G 	<ul style="list-style-type: none"> • BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	<ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ (1 un / 137G) 	<ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ (1 un / 137G)
ALMOÇO	RECESSO - TIRADENTES	FERIADO - TIRADENTES	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G • QUIRERA 60G • SALADA DE TOMATE 40G • MAÇÃ (1 un / 137G) • FRANGO AO MOLHO COM CENOURA E VAGEM 56G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G • CARNE MOÍDA COM TOMATE E CHEIRO VERDE 45G • BRÓCOLIS COZIDO 50G • SALADA DE ACELGA 20G • LARANJA (1 un / 150G) 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G • BATATA PALHA 25G • SALADA DE VAGEM COM CENOURA 30G • MELANCIA 340G 	
LANCHE	RECESSO - TIRADENTES	FERIADO - TIRADENTES	<ul style="list-style-type: none"> • VITAMINA DE MANGA SEM LACTOSE 180ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE MAÇÃ COM CANELA SEM AÇÚCAR 190ML • BOLO DE CENOURA SEM AÇÚCAR, LEITE, OVOS E SOJA 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • PERA (1 un / 150G) • CREME DE MORANGO COM LEITE SEM LACTOSE 100G 	
JANTAR	RECESSO - TIRADENTES	FERIADO - TIRADENTES	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ CARRETEIRO 180G 	<ul style="list-style-type: none"> • POLENTA - JANTAR 120G • ISCAS DE FRANGO COM TOMATE 54G 	<ul style="list-style-type: none"> • SOPA DE BATATAS, BRÓCOLIS, CARNE E MACARRÃO 180G 	

Tabela Nutricional

Cálculo Semanal Proteína (g): 46,47 Lipídios (g): 24,27 Carboidrato (g): 166,68 Cálcio (mg): 460,22 Ferro (mg): 8,78 Retinol (mg): 443,73 Vitamina C (mg): 103,72 Energia (Kcal): 1046,65

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"> • CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR 120ML • PÃO SEM LEITE 37,5G • MANTEIGA SEM LACTOSE 5G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE SEM LACTOSE 190ML • PÃO SEM LEITE 37,5G • MANTEIGA SEM LACTOSE 5G 	<ul style="list-style-type: none"> • MANTEIGA SEM LACTOSE 5G • SUCO DE MAÇÃ 150ML • PÃO SEM LEITE 37,5G 	<ul style="list-style-type: none"> • PÃO SEM LEITE 37,5G • MANTEIGA SEM LACTOSE 5G • VITAMINA DE BANANA COM CACAU SEM LACTOSE 150ML 		
COLAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> • MELÃO 170G 	<ul style="list-style-type: none"> • PERA (1 un / 150G) 	<ul style="list-style-type: none"> • MELÃO 170G 	<ul style="list-style-type: none"> • BANANA CATURRA (1 un / 182G) 		
ALMOÇO	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G • PICADINHO DE CARNE 56G • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65G • LARANJA (1 un / 150G) • SALADA DE TOMATE 40G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G • PEITO DE FRANGO À MILANESA 60G • BRÓCOLIS COZIDO 50G • SALADA DE ABOBRINHA 30G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 48G • CHUCHU REFOGADO 35G • CAQUI (1 un / 180G) • SALADA DE ALFACE 15G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G • FRANGO AO SUGO 56G • BETERRABA COZIDA 50G • SALADA DE PEPINO 35G • MELANCIA 340G 		
LANCHE	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO DE UVA 150ML • SANDUÍCHE VEGANO 65G 	<ul style="list-style-type: none"> • MAMÃO 122G • FLOCOS DE ARROZ 15G 	<ul style="list-style-type: none"> • VITAMINA DE MORANGO SEM LACTOSE 180ML • MAÇÃ (1 un / 137G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO DE LARANJA 150ML • BOLO DE CACAU SEM AÇÚCAR, GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 60G 		
JANTAR	<ul style="list-style-type: none"> • CANJA 200G 	<ul style="list-style-type: none"> • POLENTA - JANTAR 120G • CARNE MOÍDA AO SUGO 56G 	<ul style="list-style-type: none"> • PURÊ DE BATATA SEM LEITE - JANTAR 120G • ISCAS DE FRANGO COM TOMATE 54G 	<ul style="list-style-type: none"> • SOPA DE ABÓBORA, CARNE E MACARRÃO 180G 		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 56,06 Lipídios (g): 29,49 Carboidrato (g): 207,18 Cálcio (mg): 401,08 Ferro (mg): 9,84 Retinol (mg): 692,70 Vitamina C (mg): 156,85 Energia (Kcal): 1278,60					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 49,39 Lipídios (g): 24,63 Carboidrato (g): 188,35 Cálcio (mg): 391,54 Ferro (mg): 8,75 Retinol (mg): 560,03 Vitamina C (mg): 134,97 Energia (Kcal): 1140,82					