

| 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, 31/08                                                                                                                                                      | Terça-Feira, 01/09                                                                                                                                                                                                                               | Quarta-Feira, 02/09                                                                                                                                                                                                                            | Quinta-Feira, 03/09                                                                                                                                                                                                                                 | Sexta-Feira, 04/09                                                                                                                                                                                                                            | Sábado, 05/09                                                                    |
| DESJEJUM                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                           | <ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE 150ML</li> <li>• PÃO DE LEITE 37,5G</li> <li>• QUEIJO 20G</li> </ul>                                                                                                                              | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO DE LARANJA 150ML</li> <li>• PÃO DE LEITE 37,5G</li> <li>• MANTEIGA 5G</li> </ul>                                                                                                                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE 150ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS 37,5G</li> <li>• QUEIJO 20G</li> </ul>                                                                                                                                  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• BISCOITO CREAM CRAKER 30G</li> <li>• LEITE 150ML</li> </ul>                                                                                                                                          | <ul style="list-style-type: none"> <li>• BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> </ul> |
| COLAÇÃO                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                           | <ul style="list-style-type: none"> <li>• BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> </ul>                                                                                                                                                                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>• BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> </ul>                                                                                                                                                               | <ul style="list-style-type: none"> <li>• BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> </ul>                                                                                                                                                                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>• BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> </ul>                                                                                                                                                              | <ul style="list-style-type: none"> <li>• BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> </ul> |
| ALMOÇO                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                           | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• PEITO DE FRANGO À MILANESA 60G</li> <li>• SALADA DE PEPINO 35G</li> <li>• BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> <li>• MACARRÃO SEM MOLHO 65G</li> <li>• FEIJÃO CARIOCA 100G</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• PEITO DE FRANGO À MILANESA 60G</li> <li>• SALADA DE ALFACE 15G</li> <li>• MACARRÃO SEM MOLHO 65G</li> <li>• BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> <li>• FEIJÃO PRETO 100G</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• PEITO DE FRANGO À MILANESA 60G</li> <li>• FEIJÃO CARIOCA 100G</li> <li>• MACARRÃO SEM MOLHO 65G</li> <li>• SALADA DE BETERRABA 28G</li> <li>• BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• MACARRÃO SEM MOLHO 65G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 100G</li> <li>• ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G</li> <li>• SALADA DE TOMATE 40G</li> <li>• BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> </ul> |                                                                                  |
| LANCHE                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                           | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO DE UVA 150ML</li> <li>• BISCOITO DE POLVILHO 30G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 137G)</li> </ul>                                                                                                          | <ul style="list-style-type: none"> <li>• BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> <li>• FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G</li> </ul>                                                                                                                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>• BISCOITO CREAM CRAKER 30G</li> <li>• SUCO DE LARANJA 150ML</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 137G)</li> </ul>                                                                                                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>• BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> <li>• VITAMINA DE BANANA COM CACAU 150ML</li> </ul>                                                                                                                |                                                                                  |
| JANTAR                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                           | <ul style="list-style-type: none"> <li>• MACARRÃO SEM MOLHO - JANTAR 200G</li> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 100G</li> </ul>                                                                                                           | <ul style="list-style-type: none"> <li>• MACARRÃO SEM MOLHO - JANTAR 200G</li> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• FEIJÃO CARIOCA 100G</li> </ul>                                                                                                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>• MACARRÃO SEM MOLHO - JANTAR 200G</li> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 100G</li> </ul>                                                                                                              | <ul style="list-style-type: none"> <li>• MACARRÃO SEM MOLHO - JANTAR 200G</li> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• FEIJÃO CARIOCA 100G</li> </ul>                                                                                                      |                                                                                  |
| Tabela Nutricional                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                  |
| Cálculo Semanal                                                                                                                                                                                             | Proteína (g): 62,34 Lipídios (g): 27,93 Carboidrato (g): 281,01 Cálcio (mg): 346,27 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 86,54 Vitamina C (mg): 68,84 Energia (Kcal): 1570,03 |                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                  |

| Tipo de Refeição   | Segunda-Feira, 07/09                                                                                                                                                      | Terça-Feira, 08/09                         | Quarta-Feira, 09/09                                                                                                                                                                                                                            | Quinta-Feira, 10/09                                                                                                                                                                                                                                 | Sexta-Feira, 11/09                                                                                                                                                                                                                            | Sábado, 12/09                                                                    |
|--------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|
| DESJEJUM           | FERIADO - INDEPENDÊNCIA DO BRASIL                                                                                                                                         | FERIADO - NOSSA SENHORA DA LUZ DOS PINHAIS | <ul style="list-style-type: none"> <li>• PÃO DE LEITE 37,5G</li> <li>• SUCO DE UVA 150ML</li> <li>• MANTEIGA 5G</li> </ul>                                                                                                                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE 150ML</li> <li>• PÃO DE LEITE 37,5G</li> <li>• QUEIJO 20G</li> </ul>                                                                                                                                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE 150ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS 37,5G</li> <li>• MANTEIGA 5G</li> </ul>                                                                                                                           | <ul style="list-style-type: none"> <li>• BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> </ul> |
| COLAÇÃO            | FERIADO - INDEPENDÊNCIA DO BRASIL                                                                                                                                         | FERIADO - NOSSA SENHORA DA LUZ DOS PINHAIS | <ul style="list-style-type: none"> <li>• BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> </ul>                                                                                                                                                               | <ul style="list-style-type: none"> <li>• BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> </ul>                                                                                                                                                                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>• BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> </ul>                                                                                                                                                              | <ul style="list-style-type: none"> <li>• BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> </ul> |
| ALMOÇO             | FERIADO - INDEPENDÊNCIA DO BRASIL                                                                                                                                         | FERIADO - NOSSA SENHORA DA LUZ DOS PINHAIS | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 100G</li> <li>• SALADA DE PEPINO 35G</li> <li>• MACARRÃO SEM MOLHO 65G</li> <li>• BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> <li>• PEITO DE FRANGO À MILANESA 60G</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• PEITO DE FRANGO À MILANESA 60G</li> <li>• SALADA DE BETERRABA 28G</li> <li>• MACARRÃO SEM MOLHO 65G</li> <li>• BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> <li>• FEIJÃO CARIOCA 100G</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G</li> <li>• SALADA DE ACELGA 20G</li> <li>• MACARRÃO SEM MOLHO 65G</li> <li>• BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> <li>• FEIJÃO PRETO 100G</li> </ul> |                                                                                  |
| LANCHE             | FERIADO - INDEPENDÊNCIA DO BRASIL                                                                                                                                         | FERIADO - NOSSA SENHORA DA LUZ DOS PINHAIS | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO DE MAÇÃ 150ML</li> <li>• FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 137G)</li> </ul>                                                                                                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO DE MAÇÃ 150ML</li> <li>• BISCOITO CREAM CRAKER 30G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 137G)</li> </ul>                                                                                                           | <ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE 150ML</li> <li>• BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> </ul>                                                                                                                                       |                                                                                  |
| JANTAR             | FERIADO - INDEPENDÊNCIA DO BRASIL                                                                                                                                         | FERIADO - NOSSA SENHORA DA LUZ DOS PINHAIS | <ul style="list-style-type: none"> <li>• MACARRÃO SEM MOLHO - JANTAR 200G</li> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• FEIJÃO CARIOCA 100G</li> </ul>                                                                                                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>• MACARRÃO SEM MOLHO - JANTAR 200G</li> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 100G</li> </ul>                                                                                                              | <ul style="list-style-type: none"> <li>• MACARRÃO SEM MOLHO - JANTAR 200G</li> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• FEIJÃO CARIOCA 100G</li> </ul>                                                                                                      |                                                                                  |
| Tabela Nutricional |                                                                                                                                                                           |                                            |                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                  |
| Cálculo Semanal    | Proteína (g): 56,92 Lipídios (g): 24,24 Carboidrato (g): 261,07 Cálcio (mg): 288,64 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 99,77 Vitamina C (mg): 28,13 Energia (Kcal): 1439,73 |                                            |                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                  |

| Tipo de Refeição   | Segunda-Feira, 14/09                                                                                                                                                                                                                             | Terça-Feira, 15/09                                                                                                                                                                                                                            | Quarta-Feira, 16/09                                                                                                                                                                                                                            | Quinta-Feira, 17/09                                                                                                                                                                                                                            | Sexta-Feira, 18/09                                                                                                                                                                                                                                                       | Sábado, 19/09                                                                    |
|--------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|
| DESJEJUM           | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO DE LARANJA 150ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS 37,5G</li> <li>• MANTEIGA 5G</li> </ul>                                                                                                                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE 150ML</li> <li>• PÃO DE LEITE 37,5G</li> <li>• QUEIJO 20G</li> </ul>                                                                                                                           | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO DE UVA 150ML</li> <li>• MANTEIGA 5G</li> <li>• PÃO DE LEITE 37,5G</li> </ul>                                                                                                                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE 150ML</li> <li>• PÃO DE LEITE 37,5G</li> <li>• MANTEIGA 5G</li> </ul>                                                                                                                           | <ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE 150ML</li> <li>• BISCOITO CREAM CRAKER 30G</li> </ul>                                                                                                                                                                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>• BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> </ul> |
| COLAÇÃO            | <ul style="list-style-type: none"> <li>• BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> </ul>                                                                                                                                                                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>• BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> </ul>                                                                                                                                                              | <ul style="list-style-type: none"> <li>• BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> </ul>                                                                                                                                                               | <ul style="list-style-type: none"> <li>• BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> </ul>                                                                                                                                                               | <ul style="list-style-type: none"> <li>• BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> </ul>                                                                                                                                                                                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>• BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> </ul> |
| ALMOÇO             | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• PEITO DE FRANGO À MILANESA 60G</li> <li>• SALADA DE PEPINO 35G</li> <li>• MACARRÃO SEM MOLHO 65G</li> <li>• BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> <li>• FEIJÃO CARIOCA 100G</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• SALADA DE ALFACE 15G</li> <li>• BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> <li>• MACARRÃO SEM MOLHO 65G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 100G</li> <li>• ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• BETERRABA COZIDA 50G</li> <li>• SALADA DE ACELGA 20G</li> <li>• BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> <li>• FEIJÃO CARIOCA 100G</li> <li>• PEITO DE FRANGO À MILANESA 60G</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G</li> <li>• MACARRÃO SEM MOLHO 65G</li> <li>• SALADA DE CENOURA 25G</li> <li>• BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> <li>• FEIJÃO PRETO 100G</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• PEITO DE FRANGO À MILANESA 60G</li> <li>• MACARRÃO SEM MOLHO 65G</li> <li>• SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 15G</li> <li>• BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> <li>• FEIJÃO CARIOCA 100G</li> </ul> |                                                                                  |
| LANCHE             | <ul style="list-style-type: none"> <li>• FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G</li> <li>• IOGURTE DE MORANGO 180ML</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 137G)</li> </ul>                                                                                             | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO DE LARANJA 150ML</li> <li>• BISCOITO CREAM CRAKER 30G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 137G)</li> </ul>                                                                                                  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> <li>• FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G</li> </ul>                                                                                                                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO DE MAÇÃ 150ML</li> <li>• BISCOITO CREAM CRAKER 30G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 137G)</li> </ul>                                                                                                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>• BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> <li>• FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G</li> </ul>                                                                                                                                               |                                                                                  |
| JANTAR             | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• MACARRÃO SEM MOLHO - JANTAR 200G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 100G</li> </ul>                                                                                                           | <ul style="list-style-type: none"> <li>• MACARRÃO SEM MOLHO - JANTAR 200G</li> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• FEIJÃO CARIOCA 100G</li> </ul>                                                                                                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>• MACARRÃO SEM MOLHO - JANTAR 200G</li> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 100G</li> </ul>                                                                                                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>• MACARRÃO SEM MOLHO - JANTAR 200G</li> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• FEIJÃO CARIOCA 100G</li> </ul>                                                                                                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>• MACARRÃO SEM MOLHO - JANTAR 200G</li> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 100G</li> </ul>                                                                                                                                   |                                                                                  |
| Tabela Nutricional |                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                  |
| Cálculo Semanal    | Proteína (g): 61,43 Lipídios (g): 25,06 Carboidrato (g): 284,32 Cálcio (mg): 284,21 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 128,40 Vitamina C (mg): 62,19 Energia (Kcal): 1556,51                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                  |

| Tipo de Refeição   | Segunda-Feira, 21/09                                                                                                                                                                                                                                                  | Terça-Feira, 22/09                                                                                                                                                                                                                                                    | Quarta-Feira, 23/09                                                                                                                                                                                                                                                      | Quinta-Feira, 24/09                                                                                                                                                                                                                                                | Sexta-Feira, 25/09                                                                                                                                                                                                                                                    | Sábado, 26/09                                                                           |
|--------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|
| DESJEJUM           | <ul style="list-style-type: none"> <li>• PÃO DE LEITE 37,5G</li> <li>• MANTEIGA 5G</li> <li>• LEITE 150ML</li> </ul>                                                                                                                                                  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE 150ML</li> <li>• <b>PÃO DE LEITE 37,5G</b></li> <li>• QUEIJO 20G</li> </ul>                                                                                                                                            | <ul style="list-style-type: none"> <li>• PÃO DE LEITE 37,5G</li> <li>• QUEIJO 20G</li> <li>• <b>SUCO DE UVA 150ML</b></li> </ul>                                                                                                                                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>PÃO DE LEITE 37,5G</b></li> <li>• MANTEIGA 5G</li> <li>• LEITE 150ML</li> </ul>                                                                                                                                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE 150ML</li> <li>• <b>BISCOITO CREAM CRAKER 30G</b></li> </ul>                                                                                                                                                           | <ul style="list-style-type: none"> <li>• BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> </ul>        |
| COLAÇÃO            | <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>BANANA CATURRA (1 un / 182G)</b></li> </ul>                                                                                                                                                                               | <ul style="list-style-type: none"> <li>• BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> </ul>                                                                                                                                                                                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>BANANA CATURRA (1 un / 182G)</b></li> </ul>                                                                                                                                                                                  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>BANANA CATURRA (1 un / 182G)</b></li> </ul>                                                                                                                                                                            | <ul style="list-style-type: none"> <li>• BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> </ul>                                                                                                                                                                                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>BANANA CATURRA (1 un / 182G)</b></li> </ul> |
| ALMOÇO             | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• <b>MACARRÃO SEM MOLHO 65G</b></li> <li>• <b>PEITO DE FRANGO À MILANESA 60G</b></li> <li>• <b>BANANA CATURRA (1 un / 182G)</b></li> <li>• FEIJÃO CARIOCA 100G</li> <li>• SALADA DE PEPINO 35G</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• <b>MACARRÃO SEM MOLHO 65G</b></li> <li>• <b>BANANA CATURRA (1 un / 182G)</b></li> <li>• SALADA DE BETERRABA 28G</li> <li>• <b>ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G</b></li> <li>• FEIJÃO PRETO 100G</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• <b>PEITO DE FRANGO À MILANESA 60G</b></li> <li>• <b>MACARRÃO SEM MOLHO 65G</b></li> <li>• SALADA DE ABOBRINHA 30G</li> <li>• <b>BANANA CATURRA (1 un / 182G)</b></li> <li>• FEIJÃO CARIOCA 100G</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• <b>MACARRÃO SEM MOLHO 65G</b></li> <li>• SALADA DE TOMATE 40G</li> <li>• <b>BANANA CATURRA (1 un / 182G)</b></li> <li>• <b>ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G</b></li> <li>• FEIJÃO PRETO 100G</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• <b>MACARRÃO SEM MOLHO 65G</b></li> <li>• SALADA DE ALFACE 15G</li> <li>• <b>PEITO DE FRANGO À MILANESA 60G</b></li> <li>• <b>BANANA CATURRA (1 un / 182G)</b></li> <li>• FEIJÃO CARIOCA 100G</li> </ul> |                                                                                         |
| LANCHE             | <ul style="list-style-type: none"> <li>• IOGURTE DE MORANGO 180ML</li> <li>• FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G</li> <li>• <b>MAÇÃ (1 un / 137G)</b></li> </ul>                                                                                                           | <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>BANANA CATURRA (1 un / 182G)</b></li> <li>• LEITE 150ML</li> </ul>                                                                                                                                                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE 150ML</li> <li>• <b>BISCOITO CREAM CRAKER 30G</b></li> <li>• <b>MAÇÃ (1 un / 137G)</b></li> </ul>                                                                                                                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO DE UVA 150ML</li> <li>• <b>BISCOITO CREAM CRAKER 30G</b></li> <li>• <b>MAÇÃ (1 un / 137G)</b></li> </ul>                                                                                                             | <ul style="list-style-type: none"> <li>• VITAMINA DE BANANA COM CACAU 150ML</li> <li>• <b>BANANA CATURRA (1 un / 182G)</b></li> </ul>                                                                                                                                 |                                                                                         |
| JANTAR             | <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>MACARRÃO SEM MOLHO - JANTAR 200G</b></li> <li>• <b>ARROZ 95G</b></li> <li>• <b>FEIJÃO PRETO 100G</b></li> </ul>                                                                                                           | <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>MACARRÃO SEM MOLHO - JANTAR 200G</b></li> <li>• <b>ARROZ 95G</b></li> <li>• <b>FEIJÃO CARIOCA 100G</b></li> </ul>                                                                                                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>MACARRÃO SEM MOLHO - JANTAR 200G</b></li> <li>• <b>ARROZ 95G</b></li> <li>• <b>FEIJÃO PRETO 100G</b></li> </ul>                                                                                                              | <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>MACARRÃO SEM MOLHO - JANTAR 200G</b></li> <li>• <b>ARROZ 95G</b></li> <li>• <b>FEIJÃO CARIOCA 100G</b></li> </ul>                                                                                                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>MACARRÃO SEM MOLHO - JANTAR 200G</b></li> <li>• <b>ARROZ 95G</b></li> <li>• <b>FEIJÃO PRETO 100G</b></li> </ul>                                                                                                           |                                                                                         |
| Tabela Nutricional |                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                         |
| Cálculo Semanal    | Proteína (g): 65,92 Lipídios (g): 28,92 Carboidrato (g): 289,44 Cálcio (mg): 428,17 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 113,52 Vitamina C (mg): 31,94 Energia (Kcal): 1626,06                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                         |

| Tipo de Refeição   | Segunda-Feira, 28/09                                                                                                                                                                                                                            | Terça-Feira, 29/09                                                                                                                                                                                                                             | Quarta-Feira, 30/09                                                                                                                                                                                                                             | Quinta-Feira, 01/10 | Sexta-Feira, 02/10 | Sábado, 03/10 |
|--------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|--------------------|---------------|
| DESJEJUM           | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO DE UVA 150ML</li> <li>• MANTEIGA 5G</li> <li>• PÃO FRANCÊS 37,5G</li> </ul>                                                                                                                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>• PÃO DE LEITE 37,5G</li> <li>• VITAMINA DE BANANA COM CACAU 150ML</li> <li>• QUEIJO 20G</li> </ul>                                                                                                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE 150ML</li> <li>• PÃO DE LEITE 37,5G</li> <li>• MANTEIGA 5G</li> </ul>                                                                                                                            |                     |                    |               |
| COLAÇÃO            | <ul style="list-style-type: none"> <li>• BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> </ul>                                                                                                                                                                | <ul style="list-style-type: none"> <li>• BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> </ul>                                                                                                                                                               | <ul style="list-style-type: none"> <li>• BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> </ul>                                                                                                                                                                |                     |                    |               |
| ALMOÇO             | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• FEIJÃO CARIOCA 100G</li> <li>• ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G</li> <li>• SALADA DE ACELGA 20G</li> <li>• MACARRÃO SEM MOLHO 65G</li> <li>• BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 100G</li> <li>• PEITO DE FRANGO À MILANESA 60G</li> <li>• MACARRÃO SEM MOLHO 65G</li> <li>• BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> <li>• SALADA DE ACELGA 20G</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• FEIJÃO CARIOCA 100G</li> <li>• BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> <li>• SALADA DE TOMATE 40G</li> <li>• MACARRÃO SEM MOLHO 65G</li> <li>• ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G</li> </ul> |                     |                    |               |
| LANCHE             | <ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE 150ML</li> <li>• FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 137G)</li> </ul>                                                                                                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO DE MAÇÃ 150ML</li> <li>• BISCOITO CREAM CRAKER 30G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 137G)</li> </ul>                                                                                                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO DE UVA 150ML</li> <li>• BISCOITO CREAM CRAKER 30G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 137G)</li> </ul>                                                                                                        |                     |                    |               |
| JANTAR             | <ul style="list-style-type: none"> <li>• MACARRÃO SEM MOLHO - JANTAR 200G</li> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 100G</li> </ul>                                                                                                          | <ul style="list-style-type: none"> <li>• MACARRÃO SEM MOLHO - JANTAR 200G</li> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• FEIJÃO CARIOCA 100G</li> </ul>                                                                                                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>• MACARRÃO SEM MOLHO - JANTAR 200G</li> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 100G</li> </ul>                                                                                                          |                     |                    |               |
| Tabela Nutricional |                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                 |                     |                    |               |
| Cálculo Semanal    | Proteína (g): 75,26 Lipídios (g): 32,07 Carboidrato (g): 341,41 Cálcio (mg): 409,97 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 167,42 Vitamina C (mg): 46,48 Energia (Kcal): 1891,59                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                 |                     |                    |               |
| Cálculo Mensal     | Proteína (g): 63,72 Lipídios (g): 27,36 Carboidrato (g): 288,17 Cálcio (mg): 349,58 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 116,06 Vitamina C (mg): 48,37 Energia (Kcal): 1599,14                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                 |                     |                    |               |