

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"> • VITAMINA DE BANANA COM CACAU 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 	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"> • ARROZ 95G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G • SALADA DE BETERRABA 28G • FEIJÃO PRETO 100G • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95G • PEITO DE FRANGO À MILANESA 60G • SALADA DE REPOLHO 15G • FEIJÃO CARIOCA 100G • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	FERIADO - SEXTA-FEIRA SANTA	
LANCHE			<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 UVA 150ML • BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	FERIADO - SEXTA-FEIRA SANTA	
JANTAR			<ul style="list-style-type: none"> • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO - JANTAR 200G • ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO - JANTAR 200G • ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G 	FERIADO - SEXTA-FEIRA SANTA	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 77,75 Lipídios (g): 28,95 Carboidrato (g): 400,26 Cálcio (mg): 380,11 Ferro (mg): 13,11 Retinol (mg): 155,17 Vitamina C (mg): 74,89 Energia (Kcal): 2079,89					

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"> ● SUCO DE UVA 150ML ● PÃO FRANCÊS 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"> ● BISCOITO CREAM CRAKER 30G ● SUCO DE UVA 150ML 	<ul style="list-style-type: none"> ● SUCO DE UVA 150ML ● PÃO DE LEITE 37,5G ● MANTEIGA 5G 	<ul style="list-style-type: none"> ● SUCO DE UVA 150ML ● PÃO FRANCÊS 37,5G ● QUEIJO 20G 	<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"> ● ARROZ 95G ● PEITO DE FRANGO À MILANESA 60G ● SALADA DE TOMATE 40G ● FEIJÃO PRETO 100G ● MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65G ● BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● ARROZ 95G ● SALADA DE ALFACE 15G ● MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65G ● BANANA CATURRA (1 un / 182G) ● FEIJÃO CARIOCA 100G ● ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G 	<ul style="list-style-type: none"> ● ARROZ 95G ● SALADA DE ABOBRINHA 30G ● FEIJÃO PRETO 100G ● PEITO DE FRANGO À MILANESA 60G ● MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65G ● BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● ARROZ 95G ● FEIJÃO CARIOCA 100G ● ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G ● SALADA DE PEPINO 35G ● BANANA CATURRA (1 un / 182G) ● MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65G 	<ul style="list-style-type: none"> ● ARROZ 95G ● FEIJÃO PRETO 100G ● PEITO DE FRANGO À MILANESA 60G ● SALADA DE ALFACE COM TOMATE 35G ● MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65G ● BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	
LANCHE	<ul style="list-style-type: none"> ● SUCO DE UVA 150ML ● FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G ● 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"> ● SUCO DE UVA 150ML ● BISCOITO CREAM CRAKER 30G ● MAÇÃ (1 un / 137G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● IOGURTE DE MORANGO 180ML ● BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● SUCO DE MAÇÃ 150ML ● BISCOITO CREAM CRAKER 30G ● MAÇÃ (1 un / 137G) 	
JANTAR	<ul style="list-style-type: none"> ● MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO - JANTAR 200G ● ARROZ 95G ● FEIJÃO CARIOCA 100G 	<ul style="list-style-type: none"> ● MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO - JANTAR 200G ● ARROZ 95G ● FEIJÃO PRETO 100G 	<ul style="list-style-type: none"> ● MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO - JANTAR 200G ● ARROZ 95G ● FEIJÃO CARIOCA 100G 	<ul style="list-style-type: none"> ● MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO - JANTAR 200G ● ARROZ 95G ● FEIJÃO PRETO 100G 	<ul style="list-style-type: none"> ● MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO - JANTAR 200G ● ARROZ 95G ● FEIJÃO CARIOCA 100G 	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 63,33 Lipídios (g): 23,32 Carboidrato (g): 343,49 Cálcio (mg): 253,42 Ferro (mg): 11,28 Retinol (mg): 107,33 Vitamina C (mg): 75,30 Energia (Kcal): 1763,20					

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"> ● SUCO DE UVA 150ML ● PÃO DE LEITE 37,5G ● MANTEIGA 5G 	<ul style="list-style-type: none"> ● PÃO FRANCÊS 37,5G ● SUCO DE UVA 150ML ● 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"> ● PÃO FRANCÊS 37,5G ● QUEIJO 20G ● SUCO DE UVA 150ML 	<ul style="list-style-type: none"> ● SUCO DE UVA 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"> ● ARROZ 95G ● SALADA DE TOMATE 40G ● FEIJÃO PRETO 100G ● PEITO DE FRANGO À MILANESA 60G ● BANANA CATURRA (1 un / 182G) ● MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65G 	<ul style="list-style-type: none"> ● ARROZ 95G ● ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G ● SALADA DE PEPINO 35G ● MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65G ● BANANA CATURRA (1 un / 182G) ● FEIJÃO CARIOCA 100G 	<ul style="list-style-type: none"> ● ARROZ 95G ● PEITO DE FRANGO À MILANESA 60G ● MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65G ● SALADA DE ALFACE 15G ● BANANA CATURRA (1 un / 182G) ● FEIJÃO PRETO 100G 	<ul style="list-style-type: none"> ● ARROZ 95G ● FEIJÃO CARIOCA 100G ● SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 15G ● PEITO DE FRANGO À MILANESA 60G ● MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65G ● BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● ARROZ 95G ● FEIJÃO PRETO 100G ● PEITO DE FRANGO À MILANESA 60G ● MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65G ● SALADA DE BETERRABA 28G ● BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	
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"> ● LEITE 150ML ● BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G ● BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● IOGURTE DE MORANGO 180ML ● FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G ● MAÇÃ (1 un / 137G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● SUCO DE MAÇÃ 150ML ● PÃO FRANCÊS 37,5G ● MAÇÃ (1 un / 137G) 	
JANTAR	<ul style="list-style-type: none"> ● MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO - JANTAR 200G ● ARROZ 95G ● FEIJÃO CARIOCA 100G 	<ul style="list-style-type: none"> ● MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO - JANTAR 200G ● ARROZ 95G ● FEIJÃO PRETO 100G 	<ul style="list-style-type: none"> ● MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO - JANTAR 200G ● ARROZ 95G ● FEIJÃO CARIOCA 100G 	<ul style="list-style-type: none"> ● MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO - JANTAR 200G ● ARROZ 95G ● FEIJÃO PRETO 100G 	<ul style="list-style-type: none"> ● MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO - JANTAR 200G ● ARROZ 95G ● FEIJÃO CARIOCA 100G 	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 66,54 Lipídios (g): 24,91 Carboidrato (g): 343,27 Cálcio (mg): 277,20 Ferro (mg): 11,30 Retinol (mg): 114,54 Vitamina C (mg): 68,86 Energia (Kcal): 1792,32					

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"> ● SUCO DE UVA 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"> ● SUCO DE UVA 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"> ● ARROZ 95G ● FEIJÃO CARIOCA 100G ● ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G ● SALADA DE TOMATE 40G ● BANANA CATURRA (1 un / 182G) ● MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65G 	<ul style="list-style-type: none"> ● ARROZ 95G ● FEIJÃO PRETO 100G ● PEITO DE FRANGO À MILANESA 60G ● SALADA DE ACELGA 20G ● MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65G ● BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● ARROZ 95G ● FEIJÃO CARIOCA 100G ● ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G ● MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65G ● SALADA DE VAGEM COM CENOURA 30G ● BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	
LANCHE	RECESSO - TIRADENTES	FERIADO - TIRADENTES	<ul style="list-style-type: none"> ● SUCO DE UVA 150ML ● FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G ● 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	RECESSO - TIRADENTES	FERIADO - TIRADENTES	<ul style="list-style-type: none"> ● MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO - JANTAR 200G ● ARROZ 95G ● FEIJÃO PRETO 100G 	<ul style="list-style-type: none"> ● MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO - JANTAR 200G ● ARROZ 95G ● FEIJÃO CARIOCA 100G 	<ul style="list-style-type: none"> ● MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO - JANTAR 200G ● ARROZ 95G ● FEIJÃO PRETO 100G 	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 56,57 Lipídios (g): 20,47 Carboidrato (g): 309,27 Cálcio (mg): 226,73 Ferro (mg): 9,89 Retinol (mg): 181,10 Vitamina C (mg): 67,32 Energia (Kcal): 1577,57					

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"> • SUCO DE UVA 150ML • PÃO DE LEITE 37,5G • MANTEIGA 5G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO DE UVA 150ML • PÃO FRANCÊS 37,5G • QUEIJO 20G 	<ul style="list-style-type: none"> • MANTEIGA 5G • PÃO DE LEITE 37,5G • SUCO DE UVA 150ML 	<ul style="list-style-type: none"> • VITAMINA DE BANANA COM CACAU 150ML • PÃO DE LEITE 37,5G • QUEIJO 20G 		
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"> • ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G • PEITO DE FRANGO À MILANESA 60G • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65G • SALADA DE TOMATE 40G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G • SALADA DE ABOBRINHA 30G • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G • PEITO DE FRANGO À MILANESA 60G • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65G • SALADA DE ALFACE 15G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G • BETERRABA COZIDA 50G • SALADA DE PEPINO 35G • 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"> • BANANA CATURRA (1 un / 182G) • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G 	<ul style="list-style-type: none"> • BANANA CATURRA (1 un / 182G) • SUCO DE UVA 150ML 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO DE UVA 150ML • BISCOITO CREAM CRAKER 30G • MAÇÃ (1 un / 137G) 		
JANTAR	<ul style="list-style-type: none"> • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO - JANTAR 200G • ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO - JANTAR 200G • ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO - JANTAR 200G • ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO - JANTAR 200G • ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G 		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 74,91 Lipídios (g): 28,83 Carboidrato (g): 391,30 Cálcio (mg): 329,72 Ferro (mg): 12,95 Retinol (mg): 134,38 Vitamina C (mg): 89,08 Energia (Kcal): 2040,76					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 66,39 Lipídios (g): 24,75 Carboidrato (g): 351,06 Cálcio (mg): 280,44 Ferro (mg): 11,50 Retinol (mg): 131,97 Vitamina C (mg): 74,56 Energia (Kcal): 1816,65					