

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, 27/07	Terça-Feira, 28/07	Quarta-Feira, 29/07	Quinta-Feira, 30/07	Sexta-Feira, 31/07	Sábado, 01/08
DESJEJUM						• BANANA CATURRA (1 un / 182G)
COLAÇÃO						• PONKAN (1 un / 230G)
ALMOÇO						
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 2,89 Lipídios (g): 0,27 Carboidrato (g): 48,20 Cálcio (mg): 25,28 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 0,00 Vitamina C (mg): 88,99 Energia (Kcal): 165,13					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 03/08	Terça-Feira, 04/08	Quarta-Feira, 05/08	Quinta-Feira, 06/08	Sexta-Feira, 07/08	Sábado, 08/08
DESJEJUM	• LEITE 150ML • PÃO DE FORMA 37,5G • MANTEIGA 5G	• CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR 120ML • PÃO DE LEITE 37,5G • QUEIJO 20G	• LEITE 150ML • PÃO INTEGRAL 37,5G • MANTEIGA 5G	• LEITE COM CANELA 150ML • MUFFIN DE MAÇÃ E UVA PASSA SEM AÇÚCAR 60G	• CHÁ DE ERVA DOCE SEM AÇÚCAR 120ML • PÃO DE FORMA 37,5G • QUEIJO 20G	• BANANA CATURRA (1 un / 182G)
COLAÇÃO	• PERA (1 un / 150G)	• MAÇÃ (1 un / 137G)	• BANANA CATURRA (1 un / 182G)	• PERA (1 un / 150G)	• MELÃO 170G	• PONKAN (1 un / 230G)
ALMOÇO	• CANJA 200G • MELÃO 170G	• CANJA 200G • LARANJA (1 un / 150G)	• CANJA 200G • MAMÃO 122G	• CANJA 200G • LARANJA (1 un / 150G)	• CANJA 200G • MAMÃO 122G	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 15,83 Lipídios (g): 7,90 Carboidrato (g): 72,07 Cálcio (mg): 184,28 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 52,84 Vitamina C (mg): 73,02 Energia (Kcal): 388,64					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 10/08	Terça-Feira, 11/08	Quarta-Feira, 12/08	Quinta-Feira, 13/08	Sexta-Feira, 14/08	Sábado, 15/08
DESJEJUM	• LEITE 150ML • PÃO DE LEITE 37,5G • MANTEIGA 5G	• LEITE 150ML • MANTEIGA 5G • PÃO DE FORMA 37,5G	• CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR 120ML • MUFFIN DE MAÇÃ E UVA PASSA SEM AÇÚCAR 60G	• LEITE 150ML • QUEIJO 20G • PÃO INTEGRAL 37,5G	• PÃO DE LEITE 37,5G • LEITE COM CANELA 150ML • QUEIJO 20G	• BANANA CATURRA (1 un / 182G)
COLAÇÃO	• MELÃO 170G	• BANANA CATURRA (1 un / 182G)	• MAMÃO 122G	• BANANA CATURRA (1 un / 182G)	• PERA (1 un / 150G)	• PONKAN (1 un / 230G)
ALMOÇO	• CANJA 200G • MAÇÃ (1 un / 137G)	• CANJA 200G • PERA (1 un / 150G)	• CANJA 200G • MAÇÃ (1 un / 137G)	• CANJA 200G • LARANJA (1 un / 150G)	• CANJA 200G • MELÃO 170G	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 16,69 Lipídios (g): 8,88 Carboidrato (g): 76,80 Cálcio (mg): 202,94 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 63,67 Vitamina C (mg): 53,94 Energia (Kcal): 418,24					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 17/08	Terça-Feira, 18/08	Quarta-Feira, 19/08	Quinta-Feira, 20/08	Sexta-Feira, 21/08	Sábado, 22/08
DESJEJUM	• CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR 120ML • PÃO INTEGRAL 37,5G • QUEIJO 20G	• LEITE 150ML • PÃO DE LEITE 37,5G • MANTEIGA 5G	• LEITE COM CANELA 150ML • BOLO DE BANANA COM AVEIA SEM AÇÚCAR 60G	• LEITE 150ML • PÃO DE FORMA 37,5G • QUEIJO 20G	• CHÁ DE ERVA DOCE SEM AÇÚCAR 120ML • PÃO DE LEITE 37,5G • QUEIJO 20G	• BANANA CATURRA (1 un / 182G)
COLAÇÃO	• MAÇÃ (1 un / 137G)	• PERA (1 un / 150G)	• MELÃO 170G	• BANANA CATURRA (1 un / 182G)	• MELÃO 170G	• PONKAN (1 un / 230G)
ALMOÇO	• CANJA 200G • MELÃO 170G	• CANJA 200G • LARANJA (1 un / 150G)	• CANJA 200G • MAMÃO 122G	• CANJA 200G • SALADA DE FRUTA 70G	• CANJA 200G • MAMÃO 122G	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 16,46 Lipídios (g): 8,01 Carboidrato (g): 69,10 Cálcio (mg): 206,33 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 50,22 Vitamina C (mg): 72,01 Energia (Kcal): 381,14					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 24/08	Terça-Feira, 25/08	Quarta-Feira, 26/08	Quinta-Feira, 27/08	Sexta-Feira, 28/08	Sábado, 29/08
DESJEJUM	• PÃO DE FORMA 37,5G • MANTEIGA 5G • LEITE 150ML	• LEITE 150ML • PÃO DE LEITE 37,5G • QUEIJO 20G	• CHÁ DE ERVA DOCE SEM AÇÚCAR 120ML • MUFFIN DE MAÇÃ E UVA PASSA SEM AÇÚCAR 60G	• VITAMINA DE BANANA COM CACAU 150ML • PÃO DE FORMA 37,5G • MANTEIGA 5G	• LEITE 150ML • PÃO DE LEITE 37,5G • QUEIJO 20G	• BANANA CATURRA (1 un / 182G)
COLAÇÃO	• MELÃO 170G	• BANANA CATURRA (1 un / 182G)	• MELÃO 170G	• PERA (1 un / 150G)	• MAMÃO 122G	• PONKAN (1 un / 230G)
ALMOÇO	• CANJA 200G • LARANJA (1 un / 150G)	• CANJA 200G • PONKAN (1 un / 230G)	• CANJA 200G • MAMÃO 122G	• CANJA 200G • LARANJA (1 un / 150G)	• CANJA 200G • MAÇÃ (1 un / 137G)	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 17,08 Lipídios (g): 9,10 Carboidrato (g): 78,09 Cálcio (mg): 215,87 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 67,88 Vitamina C (mg): 86,19 Energia (Kcal): 423,73					

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	• LEITE COM CANELA 150ML • PÃO DE FORMA 37,5G • MANTEIGA 5G					
COLAÇÃO	• PERA (1 un / 150G)					
ALMOÇO	• CANJA 200G • LARANJA (1 un / 150G)					
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 17,67 Lipídios (g): 11,05 Carboidrato (g): 76,19 Cálcio (mg): 212,81 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 103,36 Vitamina C (mg): 69,99 Energia (Kcal): 444,77					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 16,04 Lipídios (g): 8,25 Carboidrato (g): 73,11 Cálcio (mg): 195,95 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 58,12 Vitamina C (mg): 71,92 Energia (Kcal): 395,40					