

**Observações**

OBSERVAÇÃO: ENVIAR TODOS OS ALIMENTOS SEPARADOS, INCLUSIVE OS RECHEIOS DOS PÃES. FRUTAS 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
ALMOÇO			<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• FEIJÃO CARIOCA 90G</li> <li>• ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 80G</li> <li>• BATATA PALHA 25G</li> <li>• SALADA DE TOMATE 60G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 90G</li> <li>• PEITO DE FRANGO À MILANESA (1 un / 100G)</li> <li>• AIPIM SAUTÉ 85G</li> <li>• SALADA DE TOMATE 60G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul>	FERIADO - SEXTA-FEIRA SANTA	

**Tabela Nutricional**

Cálculo Semanal	Proteína (g): 41,76 Lipídios (g): 19,92 Carboidrato (g): 115,14 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 8,65 Vitamina C (mg): 43,02 Energia (Kcal): 801,85
-----------------	---

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"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• <b>FEIJÃO CARIOCA 90G</b></li> <li>• PEITO DE FRANGO À MILANESA (1 un / 100G)</li> <li>• ABOBRINHA REFOGADA 35G</li> <li>• SALADA DE CENOURA RALADA COM LIMÃO 25G</li> <li>• <b>BANANA (1 un / 130G)</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• <b>FEIJÃO PRETO 90G</b></li> <li>• <b>ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 80G</b></li> <li>• <b>SALADA DE REPOLHO 40G</b></li> <li>• <b>LARANJA (1 un / 100G)</b></li> <li>• ABÓBORA REFOGADA 35G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>ARROZ 110G</b></li> <li>• <b>FEIJÃO CARIOCA 90G</b></li> <li>• <b>PEITO DE FRANGO À MILANESA (1 un / 100G)</b></li> <li>• <b>BATATA SAUTÉ 55G</b></li> <li>• SALADA DE BETERRABA RALADA 25G</li> <li>• <b>LARANJA (1 un / 100G)</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• <b>FEIJÃO PRETO 90G</b></li> <li>• <b>ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 80G</b></li> <li>• <b>FARINHA DE MANDIOCA TORRADA 35G</b></li> <li>• <b>SALADA DE PEPINO 40G</b></li> <li>• <b>MAÇÃ (1 un / 100G)</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• <b>FEIJÃO CARIOCA 90G</b></li> <li>• FRANGO ASSADO 110G</li> <li>• <b>BATATA SAUTÉ 55G</b></li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> <li>• SALADA DE ALFACE 15G</li> </ul>	
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 40,80 Lipídios (g): 19,00 Carboidrato (g): 89,98 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 242,05 Vitamina C (mg): 50,06 Energia (Kcal): 692,28					

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"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• <b>FEIJÃO PRETO 90G</b></li> <li>• <b>ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 80G</b></li> <li>• BATATA PALHA 25G</li> <li>• SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 40G</li> <li>• <b>LARANJA (1 un / 100G)</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• <b>FEIJÃO CARIOCA 90G</b></li> <li>• <b>ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 80G</b></li> <li>• MACARRÃO PARAFUSO ALHO E ÓLEO 80G</li> <li>• <b>SALADA DE CENOURA RALADA COM LIMÃO 25G</b></li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• <b>FEIJÃO PRETO 90G</b></li> <li>• <b>PEITO DE FRANGO GRELHADO (1 un / 80G)</b></li> <li>• <b>FARINHA DE MANDIOCA TORRADA 35G</b></li> <li>• <b>SALADA DE PEPINO 40G</b></li> <li>• <b>LARANJA (1 un / 100G)</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• <b>FEIJÃO CARIOCA 90G</b></li> <li>• PEITO DE FRANGO GRELHADO (1 un / 80G)</li> <li>• <b>BATATA REFOGADA 50G</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• SALADA DE ACELGA COM LIMÃO 30G</li> </ul> </li> <li>• <b>BANANA (1 un / 130G)</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• <b>FEIJÃO PRETO 90G</b></li> <li>• <b>PEITO DE FRANGO GRELHADO (1 un / 80G)</b></li> <li>• <b>BATATA SAUTÉ 55G</b></li> <li>• SALADA DE ALFACE 15G</li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> </ul>	
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 42,50 Lipídios (g): 15,83 Carboidrato (g): 91,19 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 111,91 Vitamina C (mg): 60,14 Energia (Kcal): 674,27					

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"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• <b>FEIJÃO CARIOCA 90G</b></li> <li>• <b>ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 80G</b></li> <li>• BATATA PALHA 25G</li> <li>• SALADA DE PEPINO 40G</li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• <b>FEIJÃO PRETO 90G</b></li> <li>• PEITO DE FRANGO À MILANESA (1 un / 100G)</li> <li>• <b>BATATA SAUTÉ 55G</b></li> <li>• SALADA DE TOMATE 60G</li> <li>• <b>BANANA (1 un / 130G)</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• <b>FEIJÃO CARIOCA 90G</b></li> <li>• <b>ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 80G</b></li> <li>• <b>FARINHA DE MANDIOCA TORRADA 35G</b></li> <li>• SALADA DE REPOLHO 40G</li> <li>• <b>MAÇÃ (1 un / 100G)</b></li> </ul>	
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 41,91 Lipídios (g): 19,40 Carboidrato (g): 102,47 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 13,81 Vitamina C (mg): 50,90 Energia (Kcal): 746,08					

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"> <li>● <b>ARROZ 110G</b></li> <li>● <b>FEIJÃO PRETO 90G</b></li> <li>● <b>PEITO DE FRANGO GRELHADO (1 un / 80G)</b></li> <li>● <b>BANANA (1 un / 130G)</b></li> <li>● SALADA DE TOMATE 60G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ARROZ 110G</li> <li>● <b>FEIJÃO CARIOCA 90G</b></li> <li>● PEITO DE FRANGO GRELHADO (1 un / 80G)</li> <li>● ABOBRINHA REFOGADA 35G</li> <li>● SALADA DE BETERRABA RALADA 25G</li> <li>● <b>MAÇÃ (1 un / 100G)</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ARROZ 110G</li> <li>● <b>FEIJÃO PRETO 90G</b></li> <li>● <b>PEITO DE FRANGO À MILANESA (1 un / 100G)</b></li> <li>● <b>BATATA SAUTÉ 55G</b></li> <li>● SALADA DE CENOURA COZIDA 40G</li> <li>● <b>LARANJA (1 un / 100G)</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ARROZ 110G</li> <li>● <b>FEIJÃO CARIOCA 90G</b></li> <li>● <b>ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 80G</b></li> <li>● SALADA DE ALFACE 15G</li> <li>● <b>LARANJA (1 un / 100G)</b></li> <li>● BATATA DOCE ASSADA 40G</li> </ul>		
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 41,31 Lipídios (g): 12,23 Carboidrato (g): 84,99 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 800,85 Vitamina C (mg): 44,26 Energia (Kcal): 612,90					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 41,63 Lipídios (g): 16,90 Carboidrato (g): 93,87 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 264,84 Vitamina C (mg): 50,88 Energia (Kcal): 690,86					