

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 FRANCÊS 37,5G MANTEIGA 5G 	<ul style="list-style-type: none"> SUCO DE MAÇÃ 150ML PÃO FRANCÊS 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 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 MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65G FEIJÃO CARIOCA 100G ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G SALADA DE BETERRABA 28G BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	FERIADO - SEXTA-FEIRA SANTA	
LANCHE			<ul style="list-style-type: none"> LEITE 150ML BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	<ul style="list-style-type: none"> BANANA CATURRA (1 un / 182G) FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G 	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): 79,64 Lipídios (g): 30,94 Carboidrato (g): 391,17 Cálcio (mg): 449,26 Ferro (mg): 13,20 Retinol (mg): 190,50 Vitamina C (mg): 36,96 Energia (Kcal): 2069,23					

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 FRANCÊS 37,5G • LEITE 150ML • MANTEIGA 5G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO DE UVA 150ML • PÃO FRANCÊS 37,5G • QUEIJO 20G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE 150ML • BISCOITO CREAM CRAKER 30G 	<ul style="list-style-type: none"> • PÃO FRANCÊS 37,5G • SUCO DE LARANJA 150ML • MANTEIGA 5G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE 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 • FEIJÃO PRETO 100G • PEITO DE FRANGO À MILANESA 60G • SALADA DE TOMATE 40G • 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 CENOURA 25G • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95G • SALADA DE ALFACE 15G • 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 • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65G • SALADA DE ABOBRINHA 30G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95G • SALADA DE CHUCHU 20G • FEIJÃO PRETO 100G • PEITO DE FRANGO À MILANESA 60G • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	
LANCHE	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE 150ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G • MAÇÃ (1 un / 137G) 	<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 MAÇÃ 150ML • BISCOITO CREAM CRAKER 30G • 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	<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 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): 65,78 Lipídios (g): 26,66 Carboidrato (g): 328,12 Cálcio (mg): 337,35 Ferro (mg): 11,10 Retinol (mg): 191,73 Vitamina C (mg): 53,88 Energia (Kcal): 1741,36					

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"> • PÃO FRANCÊS 37,5G • MANTEIGA 5G • LEITE 150ML 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE 150ML • QUEIJO 20G • PÃO FRANCÊS 37,5G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO DE UVA 150ML • PÃO FRANCÊS 37,5G • MANTEIGA 5G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE 150ML • PÃO FRANCÊS 37,5G • QUEIJO 20G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO DE LARANJA 150ML • PÃO FRANCÊS 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 • FEIJÃO PRETO 100G • SALADA DE TOMATE 40G • 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 • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G • SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 15G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95G • SALADA DE ALFACE 15G • 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 • SALADA DE PEPINO 35G • FEIJÃO CARIOCA 100G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95G • SALADA DE ACELGA 20G • PEITO DE FRANGO À MILANESA 60G • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) • FEIJÃO PRETO 100G 	
LANCHE	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO DE UVA 150ML • PÃO FRANCÊS 37,5G • RECHEIO DE CARNE MOÍDA 35,5G 	<ul style="list-style-type: none"> • BANANA CATURRA (1 un / 182G) • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE 150ML • BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO DE MAÇÃ 150ML • BISCOITO CREAM CRAKER 30G • MAÇÃ (1 un / 137G) 	<ul style="list-style-type: none"> • IOGURTE DE MORANGO 180ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G • 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 - JANTAR 150G • 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): 67,98 Lipídios (g): 26,07 Carboidrato (g): 330,39 Cálcio (mg): 350,97 Ferro (mg): 11,18 Retinol (mg): 161,12 Vitamina C (mg): 61,48 Energia (Kcal): 1758,12					

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 150ML • PÃO FRANCÊS 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"> • LEITE 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 • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65G • SALADA DE TOMATE 40G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 95G • SALADA DE VAGEM COM CENOURA 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 • SALADA DE ACELGA 20G • FEIJÃO CARIOCA 100G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	
LANCHE	RECESSO - TIRADENTES	FERIADO - TIRADENTES	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE 150ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G • MAÇÃ (1 un / 137G) 	<ul style="list-style-type: none"> • BANANA CATURRA (1 un / 182G) • IOGURTE DE MORANGO 180ML 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO DE MAÇÃ 150ML • BISCOITO CREAM CRAKER 30G • MAÇÃ (1 un / 137G) 	
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): 59,91 Lipídios (g): 23,19 Carboidrato (g): 305,03 Cálcio (mg): 353,38 Ferro (mg): 9,85 Retinol (mg): 219,01 Vitamina C (mg): 40,19 Energia (Kcal): 1599,73					

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"> • PÃO FRANCÊS 37,5G • SUCO DE LARANJA 150ML • MANTEIGA 5G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE 150ML • QUEIJO 20G • PÃO FRANCÊS 37,5G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO DE MAÇÃ 150ML • PÃO FRANCÊS 37,5G • MANTEIGA 5G 	<ul style="list-style-type: none"> • VITAMINA DE BANANA COM CACAU 150ML • PÃO FRANCÊS 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 • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65G • SALADA DE TOMATE 40G • FEIJÃO PRETO 100G • PEITO DE FRANGO À MILANESA 60G • 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 ALFACE 15G • BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	<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 • SALADA DE PEPINO 35G • FEIJÃO CARIOCA 100G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 48G • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65G • 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"> • LEITE 150ML • BANANA CATURRA (1 un / 182G) 	<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 LARANJA 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): 78,29 Lipídios (g): 31,24 Carboidrato (g): 384,91 Cálcio (mg): 400,84 Ferro (mg): 13,16 Retinol (mg): 169,25 Vitamina C (mg): 94,11 Energia (Kcal): 2048,74					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 68,85 Lipídios (g): 27,09 Carboidrato (g): 340,60 Cálcio (mg): 365,70 Ferro (mg): 11,46 Retinol (mg): 184,15 Vitamina C (mg): 59,24 Energia (Kcal): 1805,87					