

**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>• BOLINHO DE CARNE ASSADO 90G</li> <li>• AIPIM SAUTÉ 85G</li> <li>• SALADA DE TOMATE 60G</li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 90G</li> <li>• ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 80G</li> <li>• BATATA PALHA 25G</li> <li>• SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 40G</li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> </ul>	FERIADO - SEXTA-FEIRA SANTA	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 39,09 Lipídios (g): 14,71 Carboidrato (g): 100,92 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 8,59 Vitamina C (mg): 98,17 Energia (Kcal): 688,24					

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>• CARNE MOÍDA REFOGADA 80G</li> <li>• FARINHA DE MANDIOCA TORRADA 35G</li> <li>• SALADA DE ALFACE 15G</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>• FRANGO ASSADO 110G</li> <li>• <b>BATATA SAUTÉ 55G</b></li> <li>• <b>SALADA DE PEPINO 40G</b></li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>ARROZ 110G</b></li> <li>• <b>FEIJÃO CARIOCA 90G</b></li> <li>• ISCAS DE CARNE REFOGADAS 80G</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>• ARROZ 110G</li> <li>• <b>FEIJÃO PRETO 90G</b></li> <li>• <b>BOLINHO DE CARNE ASSADO 90G</b></li> <li>• <b>BATATA SAUTÉ 55G</b></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 CARIOCA 90G</b></li> <li>• PEITO DE FRANGO À MILANESA (1 un / 100G)</li> <li>• ABOBRINHA REFOGADA 35G</li> <li>• SALADA DE CENOURA COZIDA 40G</li> <li>• <b>LARANJA (1 un / 100G)</b></li> </ul>	
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 39,10 Lipídios (g): 17,68 Carboidrato (g): 87,19 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 296,69 Vitamina C (mg): 50,31 Energia (Kcal): 662,59					

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>• PEITO DE FRANGO GRELHADO (1 un / 80G)</li> <li>• <b>BATATA REFOGADA 50G</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>• <b>ISCAS DE CARNE REFOGADAS 80G</b></li> <li>• BATATA PALHA 25G</li> <li>• SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 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>• <b>BIFE GRELHADO (1 un / 100G)</b></li> <li>• <b>FARINHA DE MANDIOCA TORRADA 35G</b></li> <li>• SALADA DE ACELGA COM LIMÃO 30G</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>• MACARRÃO PARAFUSO ALHO E ÓLEO 80G</li> <li>• <b>SALADA DE CENOURA RALADA COM LIMÃO 25G</b></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>• ISCAS DE CARNE REFOGADAS 80G</li> <li>• <b>SALADA DE TOMATE 60G</b></li> <li>• BATATA DOCE ASSADA 40G</li> <li>• <b>MAÇÃ (1 un / 100G)</b></li> </ul>	
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 40,92 Lipídios (g): 16,13 Carboidrato (g): 93,34 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 611,28 Vitamina C (mg): 58,39 Energia (Kcal): 681,55					

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>• PEITO DE FRANGO À MILANESA (1 un / 100G)</li> <li>• <b>BATATA SAUTÉ 55G</b></li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> <li>• SALADA DE TOMATE 60G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• <b>FEIJÃO PRETO 90G</b></li> <li>• <b>ISCAS DE CARNE REFOGADAS 80G</b></li> <li>• <b>FARINHA DE MANDIOCA TORRADA 35G</b></li> <li>• SALADA DE REPOLHO 40G</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 CARNE REFOGADAS 80G</b></li> <li>• BATATA PALHA 25G</li> <li>• SALADA DE PEPINO 40G</li> <li>• <b>MAÇÃ (1 un / 100G)</b></li> </ul>	
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 41,66 Lipídios (g): 20,78 Carboidrato (g): 102,47 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 13,81 Vitamina C (mg): 50,90 Energia (Kcal): 760,21					

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>• ARROZ 110G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 90G</li> <li>• BOLINHO DE CARNE ASSADO 90G</li> <li>• BATATA SAUTÉ 55G</li> <li>• SALADA DE CENOURA RALADA COM LIMÃO 25G</li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• FEIJÃO CARIOCA 90G</li> <li>• QUIBE ASSADO SEM MOLHO 100G</li> <li>• SALADA DE TOMATE 60G</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>• FEIJÃO PRETO 90G</li> <li>• ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 80G</li> <li>• BATATA REFOGADA 50G</li> <li>• SALADA DE ALFACE 15G</li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• FEIJÃO CARIOCA 90G</li> <li>• PEITO DE FRANGO GRELHADO (1 un / 80G)</li> <li>• ABOBRINHA REFOGADA 35G</li> <li>• SALADA DE BETERRABA COM LIMÃO 50G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul>		
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 39,23 Lipídios (g): 14,52 Carboidrato (g): 75,76 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 92,81 Vitamina C (mg): 60,51 Energia (Kcal): 586,56					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 40,01 Lipídios (g): 16,78 Carboidrato (g): 90,26 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 261,56 Vitamina C (mg): 59,72 Energia (Kcal): 669,69					