

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 |
|--------------------|---|--------------------|---|---|-----------------------------|---------------|
| ALMOÇO | | | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 80G • BATATA PALHA 25G • SALADA DE TOMATE 60G • MAÇÃ (1 un / 100G) | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • PEITO DE FRANGO À MILANESA (1 un / 100G) • AIPIM SAUTÉ 85G • SALADA DE TOMATE 60G • MAÇÃ (1 un / 100G) | 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"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • PEITO DE FRANGO À MILANESA (1 un / 100G) • ABOBRINHA REFOGADA 35G • SALADA DE CENOURA RALADA COM LIMÃO 25G • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 80G • SALADA DE REPOLHO 40G • LARANJA (1 un / 100G) • ABÓBORA REFOGADA 35G | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • PEITO DE FRANGO À MILANESA (1 un / 100G) • BATATA SAUTÉ 55G • SALADA DE BETERRABA RALADA 25G • LARANJA (1 un / 100G) | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 80G • FARINHA DE MANDIOCA TORRADA 35G • SALADA DE PEPINO 40G • MAÇÃ (1 un / 100G) | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • FRANGO ASSADO 110G • BATATA SAUTÉ 55G • LARANJA (1 un / 100G) • SALADA DE ALFACE 15G | |
| Tabela Nutricional | | | | | | |
| 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"> • ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 80G • BATATA PALHA 25G • SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 40G • LARANJA (1 un / 100G) | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 80G • MACARRÃO PARAFUSO ALHO E ÓLEO 80G • SALADA DE CENOURA RALADA COM LIMÃO 25G • MAÇÃ (1 un / 100G) | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • PEITO DE FRANGO GRELHADO (1 un / 80G) • FARINHA DE MANDIOCA TORRADA 35G • SALADA DE PEPINO 40G • LARANJA (1 un / 100G) | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • PEITO DE FRANGO GRELHADO (1 un / 80G) • BATATA REFOGADA 50G <ul style="list-style-type: none"> • SALADA DE ACELGA COM LIMÃO 30G • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • PEITO DE FRANGO GRELHADO (1 un / 80G) • BATATA SAUTÉ 55G • SALADA DE ALFACE 15G • LARANJA (1 un / 100G) | |
| Tabela Nutricional | | | | | | |
| 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"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 80G • BATATA PALHA 25G • SALADA DE PEPINO 40G • LARANJA (1 un / 100G) | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • PEITO DE FRANGO À MILANESA (1 un / 100G) • BATATA SAUTÉ 55G • SALADA DE TOMATE 60G • BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 80G • FARINHA DE MANDIOCA TORRADA 35G • SALADA DE REPOLHO 40G • MAÇÃ (1 un / 100G) | |
| Tabela Nutricional | | | | | | |
| 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"> ● ARROZ 110G ● FEIJÃO PRETO 90G ● PEITO DE FRANGO À MILANESA (1 un / 100G) ● SALADA DE TOMATE 60G ● BANANA (1 un / 130G) | <ul style="list-style-type: none"> ● ARROZ 110G ● FEIJÃO CARIOCA 90G ● PEITO DE FRANGO GRELHADO (1 un / 80G) ● ABOBRINHA REFOGADA 35G ● SALADA DE BETERRABA RALADA 25G ● MAÇÃ (1 un / 100G) | <ul style="list-style-type: none"> ● ARROZ 110G ● FEIJÃO PRETO 90G ● PEITO DE FRANGO À MILANESA (1 un / 100G) ● BATATA SAUTÉ 55G ● SALADA DE CENOURA COZIDA 40G ● LARANJA (1 un / 100G) | <ul style="list-style-type: none"> ● ARROZ 110G ● FEIJÃO CARIOCA 90G ● ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 80G ● SALADA DE ALFACE 15G ● LARANJA (1 un / 100G) ● BATATA DOCE ASSADA 40G | | |
| Tabela Nutricional | | | | | | |
| Cálculo Semanal | Proteína (g): 41,40 Lipídios (g): 14,09 Carboidrato (g): 89,85 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 800,78 Vitamina C (mg): 44,29 Energia (Kcal): 649,11 | | | | | |
| Cálculo Mensal | Proteína (g): 41,65 Lipídios (g): 17,29 Carboidrato (g): 94,89 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 264,82 Vitamina C (mg): 50,89 Energia (Kcal): 698,48 | | | | | |