

Observações						
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 PRETO 90G</li> <li>• <b>ALMÔNDEGAS DE CARNE ASSADAS (RESTRIÇÃO) 100G</b></li> <li>• PURÊ DE AIPIM 65G</li> <li>• <b>SALADA DE BETERRABA RALADA 25G</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• FEIJÃO CARIOCA 90G</li> <li>• <b>FRANGO AO MOLHO (RESTRIÇÃO) 110G</b></li> <li>• BATATA PALHA 25G</li> <li>• SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 40G</li> </ul>	FERIADO - SEXTA-FEIRA SANTA	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 36,66 Lipídios (g): 25,21 Carboidrato (g): 92,09 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 253,29 Vitamina C (mg): 40,76 Energia (Kcal): 744,63					

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>• FEIJÃO PRETO 90G</li> <li>• <b>BARREADO (RESTRIÇÃO) 90G</b></li> <li>• FAROFA DE COUVE 30G</li> <li>• SALADA DE ALFACE 15G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• FEIJÃO CARIOCA 90G</li> <li>• FRANGO ASSADO 110G</li> <li>• POLENTA CREMOSA 60G</li> <li>• <b>SALADA DE PEPINO 40G</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ INTEGRAL 80G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 90G</li> <li>• <b>PICADINHO DE CARNE (RESTRIÇÃO) 80G</b></li> <li>• <b>SALADA DE REPOLHO 40G</b></li> <li>• ABÓBORA REFOGADA 35G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• FEIJÃO CARIOCA 90G</li> <li>• <b>ALMÔNDegas DE FRANGO ASSADAS AO SUGO (RESTRIÇÃO) 100G</b></li> <li>• <b>PURÊ DE BATATA SEM LEITE 40G</b></li> <li>• SALADA DE BETERRABA RALADA 25G</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>• ABOBRINHA REFOGADA 35G</li> <li>• SALADA DE CENOURA COZIDA 40G</li> </ul>	
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 34,96 Lipídios (g): 16,42 Carboidrato (g): 67,94 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 389,28 Vitamina C (mg): 14,24 Energia (Kcal): 564,50					

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>• FEIJÃO CARIOCA 90G</li> <li>• PEITO DE FRANGO GRELHADO (1 un / 80G)</li> <li>• BATATA, CENOURA E CHUCHU REFOGADOS 40G</li> <li>• <b>SALADA DE PEPINO 40G</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 90G</li> <li>• <b>PICADINHO DE CARNE (RESTRIÇÃO) 80G</b></li> <li>• BATATA PALHA 25G</li> <li>• SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 40G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• FEIJÃO CARIOCA 90G</li> <li>• BIFE ACEBOLADO (1 un / 100G)</li> <li>• FAROFA DE COUVE 30G</li> <li>• SALADA DE ACELGA COM LIMÃO 30G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 90G</li> <li>• <b>ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 80G</b></li> <li>• MACARRÃO PARAFUSO ALHO E ÓLEO 80G</li> <li>• SALADA DE CHUCHU COM CENOURA 30G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• FEIJÃO CARIOCA 90G</li> <li>• ISCAS DE CARNE REFOGADAS 80G</li> <li>• <b>BATATA REFOGADA 50G</b></li> <li>• <b>SALADA DE PEPINO 40G</b></li> </ul>	
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 38,71 Lipídios (g): 15,04 Carboidrato (g): 73,91 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 156,18 Vitamina C (mg): 27,31 Energia (Kcal): 590,83					

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>• FEIJÃO PRETO 90G</li> <li>• PEITO DE FRANGO À MILANESA (1 un / 100G)</li> <li>• <b>PURÊ DE BATATA SEM LEITE 40G</b></li> <li>• <b>SALADA DE BETERRABA RALADA 25G</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• FEIJÃO CARIOCA 90G</li> <li>• <b>PICADINHO DE CARNE (RESTRIÇÃO) 80G</b></li> <li>• FAROFA DE ESPINAFRE 30G</li> <li>• SALADA DE REPOLHO 40G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 90G</li> <li>• <b>PICADINHO DE CARNE (RESTRIÇÃO) 80G</b></li> <li>• BATATA PALHA 25G</li> <li>• SALADA DE PEPINO 40G</li> </ul>	
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 36,36 Lipídios (g): 16,32 Carboidrato (g): 81,09 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 157,63 Vitamina C (mg): 27,28 Energia (Kcal): 620,39					

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 INTEGRAL 80G</li> <li>• FEIJÃO CARIOCA 90G</li> <li>• <b>ALMÔNDegas DE CARNE ASSADAS (RESTRIÇÃO) 100G</b></li> <li>• POLENTA CREMOSA 60G</li> <li>• SALADA DE CENOURA RALADA COM LIMÃO 25G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 90G</li> <li>• QUIBE ASSADO SEM MOLHO 100G</li> <li>• VAGEM REFOGADA 40G</li> <li>• SALADA DE PEPINO 40G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• FEIJÃO CARIOCA 90G</li> <li>• <b>FRANGO AO MOLHO (RESTRIÇÃO) 110G</b></li> <li>• BATATA ASSADA COM ALEGRIIM 50G</li> <li>• SALADA DE ALFACE 15G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 90G</li> <li>• PEITO DE FRANGO GRELHADO (1 un / 80G)</li> <li>• ABOBRINHA REFOGADA 35G</li> <li>• SALADA DE BETERRABA COM LIMÃO 50G</li> </ul>		
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 37,47 Lipídios (g): 20,94 Carboidrato (g): 62,72 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 217,24 Vitamina C (mg): 11,94 Energia (Kcal): 589,91					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 36,88 Lipídios (g): 17,92 Carboidrato (g): 73,03 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 240,83 Vitamina C (mg): 22,05 Energia (Kcal): 604,56					