

**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, 27/10 | Terça-Feira, 28/10 | Quarta-Feira, 29/10 | Quinta-Feira, 30/10 | Sexta-Feira, 31/10 | Sábado, 01/11  |
|------------------|----------------------|--------------------|---------------------|---------------------|--------------------|--|
| REGULAR TARDE    |                      |                    |                     |                     |                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE MAÇÃ 200ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS 50G</li> <li>• QUEIJO (1 un / 20G)</li> </ul> |

**Tabela Nutricional**

|                 |  |
|-----------------|--|
| Cálculo Semanal | Proteína (g): 9,34 Lipídios (g): 6,59 Carboidrato (g): 54,89 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 23,30 Vitamina C (mg): 0,00 Energia (Kcal): 310,54 |
|-----------------|--|

| Tipo de Refeição          | Segunda-Feira, 03/11   | Terça-Feira, 04/11  | Quarta-Feira, 05/11   | Quinta-Feira, 06/11  | Sexta-Feira, 07/11   | Sábado, 08/11   |
|---------------------------|--|---|---|--|--|---|
| REGULAR TARDE             | <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50G</b></li> <li>• <b>BANANA (1 un / 130G)</b></li> <li>• MACARRÃO PARAFUSO 100G</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>SUCO POLPA DE UVA 200ML</b></li> <li>• <b>BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)</b></li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE LIMÃO 200ML</li> <li>• <b>PÃO FRANCÊS 50G</b></li> <li>• CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G</li> <li>• <b>LARANJA (1 un / 100G)</b></li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 100G</li> <li>• <b>ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 50G</b></li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE MAÇÃ 200ML</li> <li>• <b>FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G</b></li> <li>• <b>PÃO FRANCÊS 50G</b></li> <li>• <b>BANANA (1 un / 130G)</b></li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE MAÇÃ 200ML</li> <li>• <b>PÃO FRANCÊS 50G</b></li> <li>• QUEIJO (1 un / 20G)</li> </ul> |
| <b>Tabela Nutricional</b> |  |   |   |  |  |   |
| Cálculo Semanal           | Proteína (g): 18,55 Lipídios (g): 6,39 Carboidrato (g): 72,11 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 23,95 Vitamina C (mg): 13,91 Energia (Kcal): 409,38               |   |   |  |  |   |

| Tipo de Refeição   | Segunda-Feira, 10/11   | Terça-Feira, 11/11  | Quarta-Feira, 12/11  | Quinta-Feira, 13/11  | Sexta-Feira, 14/11   | Sábado, 15/11 |
|--------------------|--|---|--|--|--|---------------|
| REGULAR TARDE      | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 100G</li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> <li>• ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 50G</li> </ul>           | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE UVA 200ML           <ul style="list-style-type: none"> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul> </li> <li>• BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE MORANGO 200ML</li> <li>• PÃO DE LEITE (1 un / 50G)</li> <li>• ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• MACARRÃO PARAFUSO 100G           <ul style="list-style-type: none"> <li>• CARNE MOÍDA REFOGADA 60G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul> </li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE UVA 200ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS 50G</li> <li>• FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul> |               |
| Tabela Nutricional |  |   |  |  |  |               |
| Cálculo Semanal    | Proteína (g): 19,99 Lipídios (g): 6,27 Carboidrato (g): 71,08 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 20,51 Vitamina C (mg): 15,44 Energia (Kcal): 412,92 |   |  |  |  |               |

| Tipo de Refeição          | Segunda-Feira, 17/11   | Terça-Feira, 18/11   | Quarta-Feira, 19/11  | Quinta-Feira, 20/11         | Sexta-Feira, 21/11 | Sábado, 22/11 |
|---------------------------|--|--|--|-----------------------------|--------------------|---------------|
| REGULAR TARDE             | <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>MACARRÃO PARAFUSO 100G</b></li> <li>• <b>ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 50G</b></li> <li>• <b>MAÇÃ (1 un / 100G)</b></li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE ACEROLA 200ML</li> <li>• <b>BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)</b></li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE MANGA 200ML</li> <li>• <b>PÃO DE LEITE (1 un / 50G)</b></li> <li>• HAMBÚRGUER BOVINO ASSADO (1 un / 42G) <ul style="list-style-type: none"> <li>• QUEIJO (1 un / 20G)</li> <li>• TOMATE (RODELA) 15G</li> </ul> </li> </ul> | FERIADO - CONSCIÊNCIA NEGRA | RECESSO            |               |
| <b>Tabela Nutricional</b> |  |  |  |                             |                    |               |
| Cálculo Semanal           | Proteína (g): 17,12 Lipídios (g): 9,57 Carboidrato (g): 59,06 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 82,25 Vitamina C (mg): 218,14 Energia (Kcal): 385,40                    |  |  |                             |                    |               |

| Tipo de Refeição          | Segunda-Feira, 24/11   | Terça-Feira, 25/11  | Quarta-Feira, 26/11  | Quinta-Feira, 27/11   | Sexta-Feira, 28/11  | Sábado, 29/11  |
|---------------------------|--|---|--|---|---|--|
| REGULAR TARDE             | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 100G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> <li>• ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 50G</li> </ul>              | <ul style="list-style-type: none"> <li>• MACARRÃO PARAFUSO 100G           <ul style="list-style-type: none"> <li>• ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50G</li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> </ul> </li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE MANGA 200ML           <ul style="list-style-type: none"> <li>• PÃO FRANCÊS 50G</li> <li>• CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul> </li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE GOIABA 200ML           <ul style="list-style-type: none"> <li>• PÃO DE LEITE (1 un / 50G)</li> <li>• FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul> </li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• IOGURTE DE MORANGO 180G</li> <li>• FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 50G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE MAÇÃ 200ML           <ul style="list-style-type: none"> <li>• PÃO FRANCÊS 50G</li> <li>• QUEIJO (1 un / 20G)</li> </ul> </li> </ul> |
| <b>Tabela Nutricional</b> |  |   |  |   |   |  |
| Cálculo Semanal           | Proteína (g): 18,46 Lipídios (g): 5,16 Carboidrato (g): 68,86 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 17,34 Vitamina C (mg): 17,85 Energia (Kcal): 388,39 |   |  |   |   |  |
| Cálculo Mensal            | Proteína (g): 18,22 Lipídios (g): 6,48 Carboidrato (g): 68,25 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 29,54 Vitamina C (mg): 43,91 Energia (Kcal): 396,09 |   |  |   |   |  |