

Observações						
...						
Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 09/02	Terça-Feira, 10/02	Quarta-Feira, 11/02	Quinta-Feira, 12/02	Sexta-Feira, 13/02	Sábado, 14/02
DESJEJUM	RECESSO ESCOLAR	• PÃO SEM LEITE 37,5G • MANTEIGA SEM LACTOSE 5G • LEITE SEM LACTOSE 190ML	• PÃO SEM LEITE 37,5G • SUCO DE LARANJA 150ML • MANTEIGA SEM LACTOSE 5G	• LEITE SEM LACTOSE 190ML • MANTEIGA SEM LACTOSE 5G • PÃO SEM LEITE 37,5G	• SUCO DE MAÇÃ 150ML • BOLO DE LARANJA SEM AÇÚCAR, LEITE, OVOS E SOJA 50G	
COLAÇÃO	RECESSO ESCOLAR	• BANANA CATURRA (1 un / 182G)	• PERA (1 un / 150G)	• GOIABA (1 un / 96G)	• MELANCIA 340G	
ALMOÇO	RECESSO ESCOLAR	• ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G • SALADA DE TOMATE 40G • PEITO DE FRANGO À MILANESA 60G • BATATA DOCE COZIDA 35G • MAMÃO 122G	• ARROZ 95G • FEIJÃO CARIOCA 100G • MELANCIA 340G • ALMÔNDEGAS AO SUGO (55G PARA 3 UNIDADES + 20G DE MOLHO) 75G • FAROFA DE CENOURA 20G • SALADA DE ALFACE 15G	• ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G • FRANGO AO MOLHO COM CENOURA E VAGEM 56G • PURÊ DE BATATA SEM LEITE 50G • SALADA DE BRÓCOLIS 30G • SALADA DE FRUTA 70G	• ARROZ 95G • CARNE MOÍDA REFOGADA 54G • CHUCHU REFOGADO 35G • SALADA DE CENOURA 25G • MELÃO 170G • FEIJÃO CARIOCA 100G	
LANCHE	RECESSO ESCOLAR	• MAÇÃ (1 un / 137G) • CREME DE MANGA COM LEITE SEM LACTOSE 100G	• LEITE SEM LACTOSE 190ML • BOLO DE FUBÁ SEM AÇÚCAR, LEITE, OVOS E SOJA 50G	• SUCO DE UVA 150ML • PÃO SEM LEITE 37,5G • RECHEIO DE CARNE MOÍDA 35,5G	• VITAMINA DE BANANA SEM LACTOSE 180ML • FLOCOS DE ARROZ 15G	
JANTAR	RECESSO ESCOLAR	• SOPA DE ARROZ, LEGUMES E FRANGO 180G	• ESCONDIDINHO DE FRANGO SEM LEITE 170G	• SOPA DE FEIJÃO, LEGUMES E MACARRÃO 180G	• QUIRERA - JANTAR 120G • ISCAS DE FRANGO COM TOMATE 54G	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 66,16 Lipídios (g): 29,81 Carboidrato (g): 217,52 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 653,27 Vitamina C (mg): 179,96 Energia (Kcal): 1377,41					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 16/02	Terça-Feira, 17/02	Quarta-Feira, 18/02	Quinta-Feira, 19/02	Sexta-Feira, 20/02	Sábado, 21/02
DESJEJUM	FERIADO CARNAVAL	FERIADO CARNAVAL	FERIADO CARNAVAL	• PÃO SEM LEITE 37,5G • LEITE SEM LACTOSE 190ML • MANTEIGA SEM LACTOSE 5G	• VITAMINA DE MANGA SEM LACTOSE 180ML • PÃO SEM LEITE 37,5G • MANTEIGA SEM LACTOSE 5G	
COLAÇÃO	FERIADO CARNAVAL	FERIADO CARNAVAL	FERIADO CARNAVAL	• MAÇÃ (1 un / 137G)	• MAMÃO 122G	
ALMOÇO	FERIADO CARNAVAL	FERIADO CARNAVAL	FERIADO CARNAVAL	• ARROZ 95G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 60G • BATATA PALHA 25G • SALADA DE TOMATE COM PEPINO 45G • FEIJÃO CARIOCA 100G • MELÃO 170G	• ARROZ 95G • PICADINHO DE CARNE 56G • COUVE-FLOR REFOGADA 25G • SALADA DE CENOURA 25G • LARANJA (1 un / 150G) • FEIJÃO PRETO 100G	
LANCHE	FERIADO CARNAVAL	FERIADO CARNAVAL	FERIADO CARNAVAL	• IOGURTE DE MORANGO SEM LACTOSE 180ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G	• AVEIA EM FLOCOS FINOS 10G • BANANA CATURRA (1 un / 182G)	
JANTAR	FERIADO CARNAVAL	FERIADO CARNAVAL	FERIADO CARNAVAL	• ARROZ CARRETEIRO 180G	• SOPA DE FEIJÃO COM MACARRÃO 180G	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 60,55 Lipídios (g): 32,54 Carboidrato (g): 202,92 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 414,39 Vitamina C (mg): 172,88 Energia (Kcal): 1326,30					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 23/02	Terça-Feira, 24/02	Quarta-Feira, 25/02	Quinta-Feira, 26/02	Sexta-Feira, 27/02	Sábado, 28/02
DESJEJUM	• PÃO SEM LEITE 37,5G • SUCO DE LARANJA 150ML • MANTEIGA SEM LACTOSE 5G	• PÃO SEM LEITE 37,5G • LEITE SEM LACTOSE 190ML • MANTEIGA SEM LACTOSE 5G	• PÃO SEM LEITE 37,5G • SUCO DE UVA 150ML • MANTEIGA SEM LACTOSE 5G	• LEITE SEM LACTOSE 190ML • BOLO DE CENOURA SEM AÇÚCAR, LEITE, OVOS E SOJA 50G	• PÃO SEM LEITE 37,5G • VITAMINA DE BANANA COM CACAU SEM LACTOSE 150ML • MANTEIGA SEM LACTOSE 5G	
COLAÇÃO	• MELÃO 170G	• BANANA CATURRA (1 un / 182G)	• MELÃO 170G	• GOIABA (1 un / 96G)	• MAÇÃ (1 un / 137G)	
ALMOÇO	• ARROZ 95G • FRANGO AO SUGO 56G • POLENTA 100G • SALADA DE PEPINO 35G • FEIJÃO PRETO 100G • MAÇÃ (1 un / 137G)	• ARROZ 95G • SALADA DE CHUCHU 20G • MAMÃO 122G • FEIJÃO CARIOCA 100G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 60G • BATATA PALHA 25G	• ARROZ 95G • FEIJÃO PRETO 100G • FRANGO ASSADO 60G • QUIBEBE 25G • SALADA DE COUVE-FLORES 20G • PERA (1 un / 150G)	• ARROZ 95G • BARREADO 56G • FAROFA DE BANANA 30G • LARANJA (1 un / 150G) • FEIJÃO CARIOCA 100G • SALADA DE ALFACE 15G	• ARROZ 95G • ISCAS DE FRANGO COM TOMATE 54G • MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65G • MELANCIA 340G • FEIJÃO PRETO 100G • SALADA DE BETERRABA 35G	
LANCHE	• VITAMINA DE MORANGO SEM LACTOSE 180ML • PERA (1 un / 150G)	• SUCO DE MAÇÃ 150ML • PÃO SEM LEITE 37,5G • GELEIA DE UVA SEM AÇÚCAR 6G	• CREME DE MANGA COM LEITE SEM LACTOSE 100G • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G	• BANANA CATURRA (1 un / 182G) • AVEIA EM FLOCOS FINOS 10G	• SUCO DE UVA 150ML • BOLO DE CACAU SEM AÇÚCAR, GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 60G	
JANTAR	• ARROZ CARRETEIRO 180G	• SOPA DE ARROZ, LEGUMES E FRANGO 180G	• PURÊ DE BATATA SEM LEITE - JANTAR 120G • CARNE MOÍDA COM TOMATE E CHEIRO VERDE 50G	• POLENTA - JANTAR 120G • FRANGO AO MOLHO COM CENOURA E VAGEM 56G	• SOPA DE AIPIM COM CARNE 180G	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 56,23 Lipídios (g): 31,93 Carboidrato (g): 220,61 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 447,79 Vitamina C (mg): 166,25 Energia (Kcal): 1365,77					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 60,63 Lipídios (g): 31,27 Carboidrato (g): 216,27 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 516,44 Vitamina C (mg): 172,44 Energia (Kcal): 1362,83					