

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, 01/12	Terça-Feira, 02/12	Quarta-Feira, 03/12	Quinta-Feira, 04/12	Sexta-Feira, 05/12	Sábado, 06/12
INTEGRAL MANHÃ	• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS 50G • MANTEIGA 10G	• SUCO POLPA DE MANGA 200ML • PÃO FRANCÊS 50G • REQUEIJÃO CREMOSO 15G	• SUCO POLPA DE ACEROLA 200ML • BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G) • BANANA (1 un / 130G)	• SUCO POLPA DE MORANGO 200ML • PÃO FRANCÊS 50G • QUEIJO (1 un / 20G)	• LEITE COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BISCOITO DE LEITE 50G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• SUCO POLPA DE ABACAXI 200ML • BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)
INTEGRAL TARDE	• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS 50G • MANTEIGA 10G	• SUCO POLPA DE MANGA 200ML • PÃO FRANCÊS 50G • REQUEIJÃO CREMOSO 15G	• SUCO POLPA DE ACEROLA 200ML • BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G) • BANANA (1 un / 130G)	• SUCO POLPA DE MORANGO 200ML • PÃO FRANCÊS 50G • QUEIJO (1 un / 20G)	• LEITE COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BISCOITO DE LEITE 50G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• SUCO POLPA DE ABACAXI 200ML • BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 17,77 Lipídios (g): 21,67 Carboidrato (g): 128,00 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 191,32 Vitamina C (mg): 219,81 Energia (Kcal): 764,61					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 08/12	Terça-Feira, 09/12	Quarta-Feira, 10/12	Quinta-Feira, 11/12	Sexta-Feira, 12/12	Sábado, 13/12
INTEGRAL MANHÃ	• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS 50G • MANTEIGA 10G	• SUCO POLPA DE LARANJA 200ML • PÃO FRANCÊS 50G • REQUEIJÃO CREMOSO 15G	• SUCO POLPA DE MAÇÃ 200ML • PÃO FRANCÊS 50G • QUEIJO (1 un / 20G)	• IOGURTE DE MORANGO 180G • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 50G • BANANA (1 un / 130G)	• VITAMINA DE GOIABA 180ML • BISCOITO DE POLVILHO SALGADO 50G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• SUCO POLPA DE ABACAXI 200ML • BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)
INTEGRAL TARDE	• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS 50G • MANTEIGA 10G	• SUCO POLPA DE LARANJA 200ML • PÃO FRANCÊS 50G • REQUEIJÃO CREMOSO 15G	• SUCO POLPA DE MAÇÃ 200ML • PÃO FRANCÊS 50G • QUEIJO (1 un / 20G)	• IOGURTE DE MORANGO 180G • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 50G • BANANA (1 un / 130G)	• VITAMINA DE GOIABA 180ML • BISCOITO DE POLVILHO SALGADO 50G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• SUCO POLPA DE ABACAXI 200ML • BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 17,76 Lipídios (g): 21,22 Carboidrato (g): 126,88 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 6389,67 Vitamina C (mg): 5,08 Energia (Kcal): 758,83					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 15/12	Terça-Feira, 16/12	Quarta-Feira, 17/12	Quinta-Feira, 18/12	Sexta-Feira, 19/12	Sábado, 20/12
INTEGRAL MANHÃ	• SUCO POLPA DE UVA 200ML • BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G) • MAÇÃ (1 un / 100G)	• SUCO POLPA DE MARACUJÁ 200ML • PÃO FRANCÊS 50G • QUEIJO (1 un / 20G)	• SUCO POLPA DE GOIABA 200ML • PÃO FRANCÊS 50G • REQUEIJÃO CREMOSO 15G	• VITAMINA DE MORANGO 180ML • BISCOITO SEQUILHOS 50G • MAÇÃ (1 un / 100G)	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
INTEGRAL TARDE	• SUCO POLPA DE UVA 200ML • BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G) • MAÇÃ (1 un / 100G)	• SUCO POLPA DE MARACUJÁ 200ML • PÃO FRANCÊS 50G • QUEIJO (1 un / 20G)	• SUCO POLPA DE GOIABA 200ML • PÃO FRANCÊS 50G • REQUEIJÃO CREMOSO 15G	• VITAMINA DE MORANGO 180ML • BISCOITO SEQUILHOS 50G • MAÇÃ (1 un / 100G)	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 17,84 Lipídios (g): 19,58 Carboidrato (g): 139,04 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 162,09 Vitamina C (mg): 6,04 Energia (Kcal): 789,67					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 17,78 Lipídios (g): 20,98 Carboidrato (g): 130,34 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 2508,39 Vitamina C (mg): 85,85 Energia (Kcal): 768,70					