

SEMANAS

		1ª Semana		2ª Semana		3ª Semana		4ª Semana		5ª Semana		6ª Semana	
Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Segunda	Terça
Segunda Lanche I	Terça Lanche I	Quarta Lanche I	Quinta Lanche I	Segunda Lanche I	Terça Lanche I	Quarta Lanche I	Quinta Lanche I	Segunda Lanche I	Terça Lanche I	Quarta Lanche I	Quinta Lanche I	Segunda Lanche I	Terça Lanche I
Mingau de Aveia c/ Biscoito água e sal	Risoto de Frango c/ cenoura, batata e cheiro verde e salada de Tomate picadinho feito vinagrete	Maria Izabel (carne, com arroz), feijão e abóbora Couve e Cheiro verde	Sopa de Feijão c/ Macarrão e Legumes batata, Abóbora, Couve)	Mingau de batata doce com biscoito água e sal	Baio de Trés (Carne, Arroz e Feijão, Abóbora, Couve) e 1 omele Picadinho	Galinhada (Arroz, Frango, Abóbora, Batata e cheiro verde) c/ Couve refogada	Arroz c/ abóbora e Carne Moida, Feijão e Alface Picadinha	Composição Nutricional (média semanal)	Energia (kcal) 317,62 %	CHO (g) 55 a 65% (VET) 48,59g %	PTN (g) 10 a 15% (VET) 12,9g %	VI.C (mg) 18,61mg %	Ca(mg) 110,43mg %
Lanche II Melancia	Lanche II Laranja	Lanche II Banana	Lanche II Mamão	Lanche II Melancia	Lanche II Banana	Lanche II Mamão	Lanche II Melancia	Lanche II Melancia	Lanche II Laranja	Lanche II Banana	Lanche II Mamão	Lanche II Abacaxi	Lanche II Abacaxi
Composição Nutricional (média semanal)	Energia (kcal) 317,62 %	CHO (g) 55 a 65% (VET) 48,59g %	PTN (g) 10 a 15% (VET) 12,9g %	VI.C (mg) 18,61mg %	Ca(mg) 110,43mg %	Fe(mg) 4,93mg %	Composição Nutricional (média semanal)	Energia (kcal) 311,22 %	CHO (g) 55 a 65% (VET) 48,84g %	PTN (g) 10 a 15% (VET) 11,54g %	VI.C (mg) 17,05mg %	Ca(mg) 121,02mg %	
Segunda Lanche I	Terça Lanche I	Quarta Lanche I	Quinta Lanche I	Segunda Lanche I	Terça Lanche I	Quarta Lanche I	Quinta Lanche I	Segunda Lanche I	Terça Lanche I	Quarta Lanche I	Quinta Lanche I	Segunda Lanche I	Terça Lanche I
Mingau de mucilagem c/ Biscoito água e sal	Arroz, Feijão e Carne Moida C/ Batata e Cenoura salada de Alface	Sopa de Carne e Feijão c/ legumes (batata, Abóbora e Couve)	Galinhada (Arroz, Frango, Abóbora, Batata e Alface refogada)	Mingau de mucilagem c/ Biscoito água e sal	Baio de Trés (Carne, Arroz e Feijão, Abóbora, Couve) e 1 omele Picadinho	Galinhada (Arroz, Frango, Abóbora, Batata e cheiro verde) c/ Couve refogada	Arroz c/ abóbora e Carne Moida, Feijão e Alface Picadinha	Composição Nutricional (média semanal)	Energia (kcal) 305,00 %	CHO (g) 55 a 65% (VET) 49,84g %	PTN (g) 10 a 15% (VET) 11,45g %	VI.C (mg) 0,85mg %	Ca(mg) 73,09mg %
Lanche II Melancia	Lanche II Laranja	Lanche II Banana	Lanche II Mamão	Lanche II Melancia	Lanche II Banana	Lanche II Mamão	Lanche II Melancia	Lanche II Melancia	Lanche II Laranja	Lanche II Banana	Lanche II Mamão	Lanche II Abacaxi	Lanche II Abacaxi
Composição Nutricional (média semanal)	Energia (kcal) 316,7 %	CHO (g) 55 a 65% (VET) 48,90g %	PTN (g) 10 a 15% (VET) 12,9g %	VI.C (mg) 22mg %	Ca(mg) 118,98mg %	Fe(mg) 4,26mg %	Composição Nutricional (média semanal)	Energia (kcal) 316,7 %	CHO (g) 55 a 65% (VET) 48,90g %	PTN (g) 10 a 15% (VET) 12,9g %	VI.C (mg) 22mg %	Ca(mg) 118,98mg %	
Segunda Lanche I	Terça Lanche I	Quarta Lanche I	Quinta Lanche I	Segunda Lanche I	Terça Lanche I	Quarta Lanche I	Quinta Lanche I	Segunda Lanche I	Terça Lanche I	Quarta Lanche I	Quinta Lanche I	Segunda Lanche I	Terça Lanche I
Mingau de mucilagem c/ Biscoito água e sal	Arroz, Feijão e Carne Moida C/ Batata e Cenoura salada de Alface	Sopa de Carne e Feijão c/ legumes (batata, Abóbora e Couve)	Galinhada (Arroz, Frango, Abóbora, Batata e Couve refogada)	Mingau de mucilagem c/ Biscoito água e sal	Baio de Trés (Carne, Arroz e Feijão, Abóbora, Couve) e 1 omele Picadinho	Galinhada (Arroz, Frango, Abóbora, Batata e cheiro verde) c/ Couve refogada	Arroz c/ abóbora e Carne Moida, Feijão e Alface Picadinha	Composição Nutricional (média semanal)	Energia (kcal) 316,7 %	CHO (g) 55 a 65% (VET) 48,90g %	PTN (g) 10 a 15% (VET) 12,9g %	VI.C (mg) 22mg %	Ca(mg) 118,98mg %
Lanche II Melancia	Lanche II Laranja	Lanche II Banana	Lanche II Mamão	Lanche II Melancia	Lanche II Banana	Lanche II Mamão	Lanche II Melancia	Lanche II Melancia	Lanche II Laranja	Lanche II Banana	Lanche II Mamão	Lanche II Abacaxi	Lanche II Abacaxi
Composição Nutricional (média semanal)	Energia (kcal) 316,7 %	CHO (g) 55 a 65% (VET) 48,90g %	PTN (g) 10 a 15% (VET) 12,9g %	VI.C (mg) 22mg %	Ca(mg) 118,98mg %	Fe(mg) 4,26mg %	Composição Nutricional (média semanal)	Energia (kcal) 316,7 %	CHO (g) 55 a 65% (VET) 48,90g %	PTN (g) 10 a 15% (VET) 12,9g %	VI.C (mg) 22mg %	Ca(mg) 118,98mg %	

* Horário das Refeições: Lanche: Matutino (08:45 e 10:20) e Vespertino (14:45 e 16:10h)
* Cardápio sujeito a alterações