





INFANTIL E ENISNO FUNDAMENTAL										
	REFEIÇÕES/ HORÁRIO	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira 01/10	Quinta-Feira 02/10	Sexta-feira 03/10				
	Desjejum 07:15 às 07:30			Leite com cacau 100% 190ml Pão Francês 50g Manteiga 8g	Leite com cacau 100% 190ml Pão Francês 50g Manteiga 8g	Leite com cacau 100% 190ml Pão Francês 50g Manteiga 8g				
	Almoço 10:00 às 10:30			Polenta cremosa com molho de carne moída e legumes cozidos 180g Fruta	Arroz Branco com legumes 95g Feijão Carioca 100g Pernil Suíno 60g Salada Fruta	Arroz Branco 95g Feijão Carioca 100g Coxa e Sobrecoxa assada com Legumes 70g. Salada				
	Lanche 13:00 às 13:30			Fruta	Fruta	Fruta				
	Janta 15:30 às 16:00			Macarrão alho e óleo com Carne de panela e Legumes 100g	Pão com carne moída e legumes 120g	Polenta cremosa com molho de carne moída e legumes cozidos 180g				







INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS – MÉDIA SEMANAL								
Valor Energético (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	Cálcio (mg)	Fe (mg)	Vitamina A (mcg)	Vit. C (mg)	
444,54	68	19	11	109,14	1,82	223,14	14,03	











			INFANTIL E E	NISNO FUNDAMENT	ΓAL	
	REFEIÇÕES/	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira
	HORÁRIO	06/10	07/10	08/10	09/10	10/10
200	Desjejum 07:15 às 07:30	Leite com cacau 100% 190ml Pão Francês 50g Manteiga 8g	Leite com cacau 100% 190ml Pão Francês 50g Manteiga 8g	Leite com cacau 100% 190ml Pão Francês 50g Manteiga 8g	Leite com cacau 100% 190ml Pão Francês 50g Manteiga 8g	Leite com cacau 100% 190ml Pão Francês 50g Manteiga 8g
	Almoço 10:00 às 10:30	Arroz Branco 95g Feijão Cozido 100g Ovo Mexido 50g Farofa Colorida 15g Salada/Legumes Fruta	Arroz Branco 95g Feijão Cozido 100g Macarrão a Bolonhesa 130g Salada/Legumes	Arroz Branco 95g Feijão Cozido 100g Polenta Cremosa 100g Coxa de Frango Assada e Desfiada 70g Salada/Legumes Fruta	Arroz Branco 95g Feijão Cozido 100g Carne de Porco desfiada com Batata 60g Salada/Legumes	Arroz Branco 95g Feijão Cozido 100g Peito de Frango Desfiado Quirerinha 120g Salada/Legumes Fruta
	Lanche 13:00 às 13:30	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
	Janta 15:30 às 16:00	Arroz Branco 95g Omelete com Legumes 60g	Quirerinha com Carne de Porco 150g	Sopa de Feijão com Carne Desfiada 200g	Arroz com Frango e Legumes 120g	Pão com salsicha e molho vermelho 120g

S U7:3U	Pao Frances 50g	Pao Frances 50g	Pao Frances 50g	Pao Frances 50g	Pao Frances 50g
	Manteiga 8g	Manteiga 8g	Manteiga 8g	Manteiga 8g	Manteiga 8g
oço s 10:30	Arroz Branco 95g Feijão Cozido 100g Ovo Mexido 50g Farofa Colorida 15g Salada/Legumes Fruta	Arroz Branco 95g Feijão Cozido 100g Macarrão a Bolonhesa 130g Salada/Legumes	Arroz Branco 95g Feijão Cozido 100g Polenta Cremosa 100g Coxa de Frango Assada e Desfiada 70g Salada/Legumes Fruta	Arroz Branco 95g Feijão Cozido 100g Carne de Porco desfiada com Batata 60g Salada/Legumes	Arroz Branco 95g Feijão Cozido 100g Peito de Frango Desfiado Quirerinha 120g Salada/Legumes Fruta
che s 13:30	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
nta s 16:00	Arroz Branco 95g Omelete com Legumes 60g	Quirerinha com Carne de Porco 150g	Sopa de Feijão com Carne Desfiada 200g	Arroz com Frango e Legumes 120g	Pão com salsicha e molho vermelho 120g

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS – MÉDIA SEMANAL									
Valor Energético (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	Cálcio (mg)	Fe (mg)	Vitamina A (mcg)	Vit. C (mg)		
1308,27	216	50	28	298,45	5,46	441,87	50,60		







Anne Caroline Romanini Nutricionista CRN 8-14861













INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS – MÉDIA SEMANAL								
Valor Energético (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	Cálcio (mg)	Fe (mg)	Vitamina A (mcg)	Vit. C (mg)	
1128,29kcal	183	42,75	25	275,68	4,23	458,87	37,29	















INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS – MÉDIA SEMANAL								
Valor Energético (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	Cálcio (mg)	Fe (mg)	Vitamina A (mcg)	Vit. C (mg)	
1206,41	190	47	29	285,87	4,54	452,73	39,06	















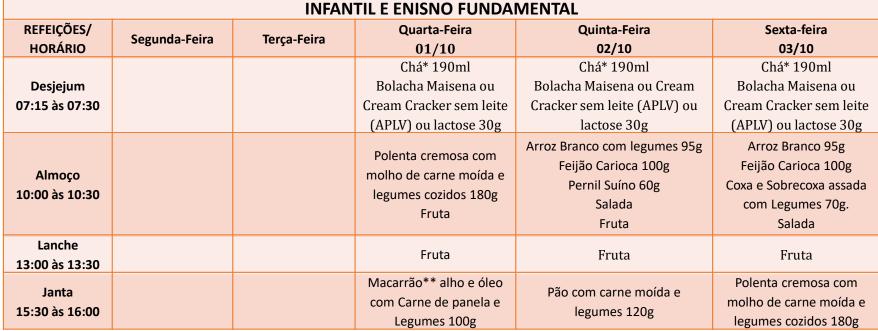
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS – MÉDIA SEMANAL								
Valor Energético (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	Cálcio (mg)	Fe (mg)	Vitamina A (mcg)	Vit. C (mg)	
1189,63	186	51	27	286,00	4,83	472,28	44,25	









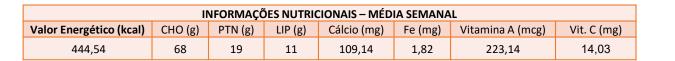








^{*} O chá poderá ser substituído, sem aviso prévio, por leite sem lactose ou leite de soja com cacau em pó. | **Utilizar macarrão sem glúten





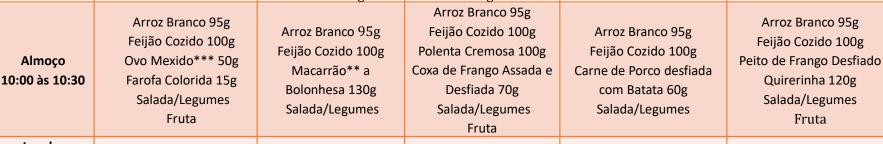




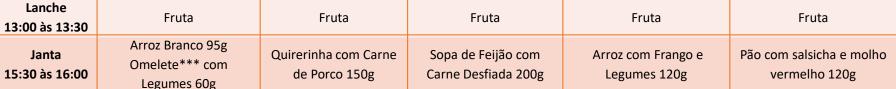


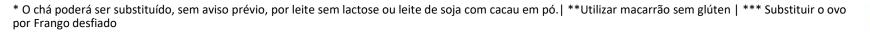












INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS – MÉDIA SEMANAL							
Valor Energético (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	Cálcio (mg)	Fe (mg)	Vitamina A (mcg)	Vit. C (mg)
1308,27	216	50	28	298,45	5,46	441,87	50,60





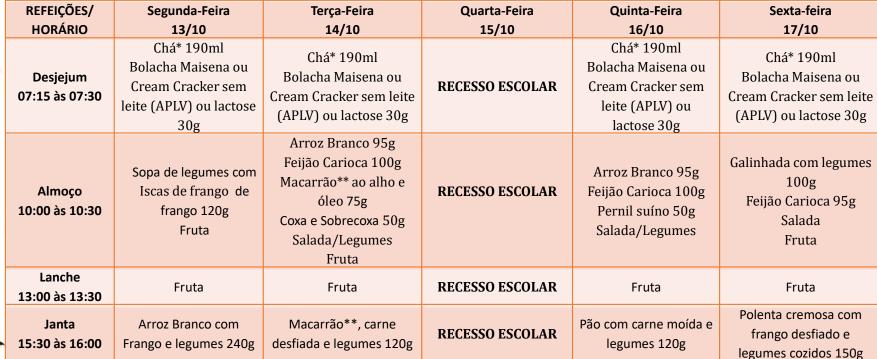


CRN 8-14861



INFANTIL E ENISNO FUNDAMENTAL











^{*} O chá poderá ser substituído, sem aviso prévio, por leite sem lactose ou leite de soja com cacau em pó. | **Utilizar macarrão sem glúten

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS – MÉDIA SEMANAL								
Valor Energético (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	Cálcio (mg)	Fe (mg)	Vitamina A (mcg)	Vit. C (mg)	
1128,29kcal	183	42,75	25	275,68	4,23	458,87	37,29	

Anne Caroline Romanini Nutricionista CRN 8-14861





Janta

15:30 às 16:00

Omelete*** com

Legumes 60g







^{*} O chá poderá ser substituído, sem aviso prévio, por leite sem lactose ou leite de soja com cacau em pó. | **Utilizar macarrão sem glúten | *** Substituir o ovo por Frango desfiado

Frango e Legumes

120g

Strogonoff de Frango 80g

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS – MÉDIA SEMANAL								
Valor Energético (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	Cálcio (mg)	Fe (mg)	Vitamina A (mcg)	Vit. C (mg)	
1206,41	190	47	29	285,87	4,54	452,73	39,06	

molho vermelho 120g



molho de carne moída e

legumes cozidos 150g

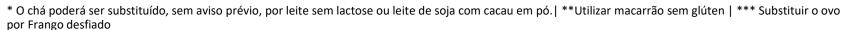








			INFANTIL E E	NISNO FUNDAMEI	NTAL	
	REFEIÇÕES/ HORÁRIO	Segunda-Feira 27/10	Terça-Feira 28/10	Quarta-Feira 29/10	Quinta-Feira 30/10	Sexta-feira 31/10
	Desjejum 07:15 às 07:30	Chá* 190ml Bolacha Maisena ou Cream Cracker sem leite (APLV) ou lactose 30g	Chá* 190ml Bolacha Maisena ou Cream Cracker sem leite (APLV) ou lactose 30g	Chá* 190ml Bolacha Maisena ou Cream Cracker sem leite (APLV) ou lactose 30g	Chá* 190ml Bolacha Maisena ou Cream Cracker sem leite (APLV) ou lactose 30g	Chá* 190ml Bolacha Maisena ou Cream Cracker sem leite (APLV) ou lactose 30g
	Almoço 10:00 às 10:30	Arroz Branco 95g Feijão Cozido 100g Omelete*** com legumes 60g Salada Fruta	Arroz Branco 95g Feijão Cozido 100g Carne de Panela 80g Macarrão** Alho e Óleo 75g Salada/Legumes	Arroz Branco 95g Feijão Cozido 100g Purê de batata 60g Frango Desfiado 80g Salada/Legumes Fruta	Arroz Branco 95g Feijão Cozido 100g Polenta ao Sugo 100g Coxa de Frango Assada 70g Salada /Legumes	Arroz Branco 95g Feijão Cozido 100g Pernil Suíno 60g Salada/Legumes Fruta
	Lanche 13:00 às 13:30	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
•	Janta 15:30 às 16:00	Macarrão** a Bolonhesa 130g	Polenta cremosa com Coxa e sobrecoxa e legumes cozidos 150g	Macarrão** alho e óleo com Frango e Legumes 120g	Pão com carne moída e legumes 120g	Quirerinha com Carne de Porco 150g



INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS – MÉDIA SEMANAL							
Valor Energético (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	Cálcio (mg)	Fe (mg)	Vitamina A (mcg)	Vit. C (mg)
1189,63	186	51	27	286,00	4,83	472,28	44,25







Anne Caroline Romanini Nutricionista CRN 8-14861