



Fundamental - De 01/05/2017 até 02/06/2017

Data	Lanche da manhã	Almoço	Lanche da tarde	Jantar
01/05/2017 Segunda Kcal: 0 Ptn: 0	FERIADO Kcal: 0 Ptn: 0	FERIADO Kcal: 0 Ptn: 0	FERIADO Kcal: 0 Ptn: 0	FERIADO Kcal: 0 Ptn: 0
02/05/2017 Terça Kcal: 1227,66 Ptn: 44,3687	Leite com achocolatado Biscoito Integral  RECREIO Maçã Kcal: 337,98 Ptn: 8,4	Omelete com tomate Arroz Feijão Sal.: cenoura cozida c/ t.v. Kcal: 456,0471 Ptn: 17,6796	Leite com achocolatado Biscoito Integral Kcal: 258,98 Ptn: 7,9	TURNO INTEGRAL - APÓS 17h Torta de batata c/ moída Sal.: cenoura ralada Kcal: 174,6609 Ptn: 10,3891
03/05/2017 Quarta Kcal: 1253,30 Ptn: 57,7194	Mix de Cereais com Leite  RECREIO Caqui Kcal: 292,552 Ptn: 7,6779	Massa à bolonhesa Feijão Sal.: beterraba ralada Kcal: 387,0828 Ptn: 23,7507	Mix de Cereais com Leite Kcal: 208,4799 Ptn: 7	TURNO INTEGRAL - APÓS 17h Carne moída com molho Arroz Sal.: beterraba cozida Kcal: 365,192 Ptn: 19,2908
04/05/2017 Quinta Kcal: 1012,418 Ptn: 43,0237	Batida de Banana Kcal: 195,1039 Ptn: 5,797	Risoto integral de frango Sal.: couve chinesa com tomate Kcal: 295,8283 Ptn: 15,4084	Goiaba Kcal: 50,436 Ptn: 0,934	TURNO INTEGRAL - APÓS 17h Fricassé de frango Arroz Sal.: couve chinesa Kcal: 471,0498 Ptn: 20,8843
05/05/2017 Sexta Kcal: 1499,64 Ptn: 54,3563	Leite Caramelo (c/ aç.mascavo) Biscoito Salgado  RECREIO Goiaba Kcal: 291,8959 Ptn: 9,4589	Carne suína acebolada Polenta Feijão Sal.: vagem com cenoura Kcal: 574,9479 Ptn: 24,0196	Leite Caramelo (c/ aç.mascavo) Biscoito Salgado Kcal: 241,4599 Ptn: 8,525	TURNO INTEGRAL - APÓS 17h Carreteiro de carne suína Sal.: vagem Kcal: 391,3437 Ptn: 12,3528



Fundamental - De 01/05/2017 até 02/06/2017

Data	Lanche da manhã	Almoço	Lanche da tarde	Jantar
08/05/2017 Segunda Kcal: 1308,78 Ptn: 49,0981	Mix de Cereais com Leite  RECREIO Laranja Kcal: 255,7999 Ptn: 7,6239	Omelete com tomate, milho e ervilha Arroz Feijão Sal.: beterraba ralada Kcal: 442,2391 Ptn: 16,7847	Mix de Cereais com Leite  Kcal: 208,4799 Ptn: 7	TURNO INTEGRAL - APÓS 17h Frango com aipim Arroz Integral Sal.: beterraba cozida Kcal: 402,268€ Ptn: 17,6895
09/05/2017 Terça Kcal: 2203,89 Ptn: 79,4	Café com Leite Pão de Beterraba c/ Creme Vegetal  RECREIO Maçã Kcal: 625,1763 Ptn: 15,9573	Carne moída com molho Arroz Integral Feijão Aipim com Farofa Sal.: chuchu Kcal: 670,1607 Ptn: 28,1797	Café com Leite Pão de Beterraba c/ Creme Vegetal  Kcal: 546,1763 Ptn: 15,4573	TURNO INTEGRAL - APÓS 17h Carne moída tipo pastel Arroz Sal.: chuchu com t. verde Kcal: 362,386 Ptn: 19,8057
10/05/2017 Quarta Kcal: 1787,69 Ptn: 88,3543	Leite Puro Pão de centeio c/ doce de frutas  RECREIO Banana Kcal: 404,6159 Ptn: 11,5589	Carne c/ molho Arroz Integral Lentilha Espinafre c/ molho branco Kcal: 730,647 Ptn: 52,3378	Leite Puro Pão de centeio c/ doce de frutas  Kcal: 313,2599 Ptn: 10,5659	TURNO INTEGRAL - APÓS 17h Carreteiro de carne bovina Espinafre refogado Kcal: 339,1709 Ptn: 13,8917
11/05/2017 Quinta Kcal: 593,596 Ptn: 34,1397	Batida de Banana  Kcal: 195,1039 Ptn: 5,797	Massa à bolonhesa Sal.: repolho com t. verde Kcal: 258,8905 Ptn: 16,2359	Carambola  Kcal: 1,024 Ptn: 0,016	TURNO INTEGRAL - APÓS 17h Carne moída c/ moranga Sal.: repolho com tomate Kcal: 138,5785 Ptn: 12,0908
12/05/2017 Sexta Kcal: 1262,81 Ptn: 54,7156	Leite Caramelo (c/ aç.mascavo) Biscoito Salgado  RECREIO Carambola Kcal: 242,4839 Ptn: 8,541	Frango com batata Arroz Feijão Sal.: cenoura ralada Kcal: 469,6939 Ptn: 22,51	Leite Caramelo (c/ aç.mascavo) Biscoito Salgado  Kcal: 241,4599 Ptn: 8,525	TURNO INTEGRAL - APÓS 17h Risoto de Frango Sal.: cenoura cozida Kcal: 309,1757 Ptn: 15,1396



Fundamental - De 01/05/2017 até 02/06/2017

Data	Lanche da manhã	Almoço	Lanche da tarde	Jantar
15/05/2017 Segunda Kcal: 1160,92 Ptn: 46,6281	Leite com achocolatado Biscoito Salgado  RECREIO Bergamota Kcal: 302,48 Ptn: 9,741	Souflé de Chuchu Arroz Feijão Sal.: beterraba cozida  Kcal: 420,9081 Ptn: 15,2461	Leite com achocolatado Biscoito Salgado  Kcal: 251,4799 Ptn: 8,925	TURNO INTEGRAL - APÓS 17h Polenta à bolonhesa Sal.: beterraba ralada  Kcal: 186,0562 Ptn: 12,716
16/05/2017 Terça Kcal: 1960,24 Ptn: 72,6286	Leite Puro Cuca Integral  RECREIO Maçã Kcal: 493,8228 Ptn: 12,3505	Frango com molho Arroz Feijão Quibebe Sal.: chuchu com tomate  Kcal: 768,802 Ptn: 32,0248	Leite Puro Cuca Integral  Kcal: 414,8228 Ptn: 11,8505	TURNO INTEGRAL - APÓS 17h Massa integral c/ frango desfiado Sal.: chuchu com t. verde  Kcal: 282,7927 Ptn: 16,4028
17/05/2017 Quarta Kcal: 1798,911 Ptn: 94,484	Café com Leite Pão de Forma c/ Pasta de Cenoura  RECREIO Carambola Kcal: 331,2458 Ptn: 10,7868	Carne com aipim Arroz Integral Feijão Sal.: couve chinesa com tomate  Kcal: 591,478 Ptn: 35,62	Café com Leite Pão de Forma c/ Pasta de Cenoura  Kcal: 330,2218 Ptn: 10,7708	TURNO INTEGRAL - APÓS 17h Estrogonofe de carne Arroz Sal.: couve chinesa  Kcal: 545,9654 Ptn: 37,3064
18/05/2017 Quinta Kcal: 937,936 Ptn: 38,3051	Creme de Aveia  Kcal: 138,68 Ptn: 5,4	Massa integral à Bolonhesa Sal.: repolho  Kcal: 268,4236 Ptn: 15,6965	Maçã  Kcal: 79 Ptn: 0,5	TURNO INTEGRAL - APÓS 17h Torta de Moranga c/ Carne Moída Arroz Sal.: repolho com t. verde  Kcal: 451,8324 Ptn: 16,7086
19/05/2017 Sexta Kcal: 1044,011 Ptn: 41,9576	Leite Caramelo (c/ aç.mascavo) Biscoito Integral  RECREIO Mamão Kcal: 314,5799 Ptn: 7,6929	Frango xadrez Arroz Feijão Sal.: vagem com tomate  Kcal: 457,3768 Ptn: 25,7567	Leite Caramelo (c/ aç.mascavo) Biscoito Integral  Kcal: 248,9599 Ptn: 7,5	TURNO INTEGRAL - APÓS 17h Risotão (frango, cenoura, ervilha e tv Sal.: vagem com cebola  Kcal: 23,0949 Ptn: 1,008



Fundamental - De 01/05/2017 até 02/06/2017

Data	Lanche da manhã	Almoço	Lanche da tarde	Jantar
22/05/2017 Segunda Kcal: 1059,176 Ptn: 44,0374	Mix de Cereais com Leite  RECREIO Carambola Kcal: 209,5039 Ptn: 7,016	Massa Primavera Feijão Sal.: beterraba ralada  Kcal: 331,9208 Ptn: 14,5786	Mix de Cereais com Leite  Kcal: 208,4799 Ptn: 7	TURNO INTEGRAL - APÓS 17h Carreteiro integral de moída Sal.: beterraba cozida  Kcal: 309,2719 Ptn: 15,4428
23/05/2017 Terça Kcal: 1478,03 Ptn: 64,9834	Leite Puro Pão de Moranga com doce de fruta  RECREIO Maçã Kcal: 411,7176 Ptn: 12,0888	Moela c/ Farofa Arroz Feijão Sal.: cenoura ralada  Kcal: 558,5886 Ptn: 29,1505	Leite Puro Pão de Moranga com doce de fruta  Kcal: 332,7176 Ptn: 11,5888	TURNO INTEGRAL - APÓS 17h Escondidinho de moela Sal.: cenoura cozida  Kcal: 175,0086 Ptn: 12,1553
24/05/2017 Quarta Kcal: 1683,23 Ptn: 84,7765	Café com Leite Pão de Centeio c/ creme vegetal  RECREIO Goiaba Kcal: 461,7459 Ptn: 11,769	Carne c/ moranga Arroz Integral Lentilha Sal.: vagem com cebola  Kcal: 544,7313 Ptn: 36,8085	Café com Leite Pão de Centeio c/ creme vegetal  Kcal: 411,31 Ptn: 10,835	TURNO INTEGRAL - APÓS 17h Polenta cremosa c/molho carne picada Espinafre refogado  Kcal: 265,4491 Ptn: 25,364
25/05/2017 Quinta Kcal: 732,307 Ptn: 32,5656	Batida de banana c/ aveia  Kcal: 195,1039 Ptn: 5,797	Sopa de legumes (frango,batata,cenoura,moranga,espinafre) Pão torrado  Kcal: 175,1081 Ptn: 11,1808	Mamão  Kcal: 65,62 Ptn: 0,193	TURNO INTEGRAL - APÓS 17h Risoto de Frango Sal.: vagem  Kcal: 296,4757 Ptn: 15,3948
26/05/2017 Sexta Kcal: 1356,52 Ptn: 57,3528	Leite Caramelo (c/ aç.mascavo) Biscoito Integral  RECREIO Mamão Kcal: 314,5799 Ptn: 7,6929	Carne moída tipo pastel Arroz Feijão Sal.: beterraba cozida  Kcal: 508,7414 Ptn: 28,1671	Leite Caramelo (c/ aç.mascavo) Biscoito Integral  Kcal: 248,9599 Ptn: 7,5	TURNO INTEGRAL - APÓS 17h Carreteiro de carne moída Sal.: beterraba ralada  Kcal: 284,2458 Ptn: 13,9928



Fundamental - De 01/05/2017 até 02/06/2017

Data	Lanche da manhã	Almoço	Lanche da tarde	Jantar
29/05/2017 Segunda Kcal: 1223,39 Ptn: 48,3902	Café com Leite Biscoito Doce  RECREIO Laranja Kcal: 339,9499 Ptn: 9,175	Ovos à baiana Arroz Feijão Sal.: chuchu com t. verde  Kcal: 328,2387 Ptn: 14,2124	Café com Leite Biscoito Doce  Kcal: 292,6299 Ptn: 8,551	TURNO INTEGRAL - APÓS 17h Massa à bolonhesa Sal.: chuchu  Kcal: 262,5787 Ptn: 16,4518
30/05/2017 Terça Kcal: 2400,27 Ptn: 82,1834	Leite Puro Bolo Integral de Laranja  RECREIO Maçã Kcal: 558,4914 Ptn: 13,4111	Escalopes de Frango com molho Arroz Integral Feijão Salada de batata e cenoura  Kcal: 557,3975 Ptn: 27,3611	Leite Puro Bolo Integral de Laranja  Kcal: 479,4914 Ptn: 12,9111	TURNO INTEGRAL - APÓS 17h Lasanha de Panqueca c/ Frango Arroz Sal.: cenoura cozida com ovos  Kcal: 804,8983 Ptn: 28,5001
31/05/2017 Quarta Kcal: 1915,108 Ptn: 97,4377	Leite Caramelo (c/ aç.mascavo) Pão de Forma c/ Creme de Vegetal  RECREIO Banana Kcal: 444,8159 Ptn: 11,333	Carne de panela Aipim com Farofa Arroz Lentilha Sal.: couve chinesa  Kcal: 744,2597 Ptn: 49,343	Leite Caramelo (c/ aç.mascavo) Pão de Forma c/ Creme de Vegetal  Kcal: 353,4599 Ptn: 10,3399	TURNO INTEGRAL - APÓS 17h Carreteiro de carne Sal.:couve chinesa c/ cenoura ralada  Kcal: 372,5725 Ptn: 26,4218
01/06/2017 Quinta Kcal: 583,921 Ptn: 29,5762	Batida de Banana  Kcal: 195,1039 Ptn: 5,797	Polenta à bolonhesa sal.repolho,tomate,orégano  Kcal: 191,1822 Ptn: 13,128	Bergamota  Kcal: 51 Ptn: 0,816	TURNO INTEGRAL - APÓS 17h Escondidinho de moída Sal.: repolho com t. verde  Kcal: 146,6354 Ptn: 9,8352
02/06/2017 Sexta Kcal: 1758,91 Ptn: 66,8554	Leite com achocolatado Biscoito Salgado  RECREIO Mamão Kcal: 317,1 Ptn: 9,118	Frango Assado Massa com molho Feijão Sal.: aipim c/ maionese de leite  Kcal: 790,9175 Ptn: 34,6135	Leite com achocolatado Biscoito Salgado  Kcal: 251,4799 Ptn: 8,925	TURNO INTEGRAL - APÓS 17h Arroz integral c/ frango em pedaços Sal.: repolho  Kcal: 399,4158 Ptn: 14,1989