

# Cardápio - 1º a 5/4



Segunda-feira (1º/4)	Terça-feira (2/4)	Quarta-feira (3/4)	Quinta-feira (4/4)	Sexta-feira (5/4)
<b>Almoço - Entrada</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Alface crespa</li> <li>Tomate cereja</li> <li>Cenoura ralada</li> <li>Chuchu com orégano</li> </ul>	<b>Almoço - Entrada</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Alface lisa</li> <li>Tomate</li> <li>Cenoura ralada</li> <li>Beringela temperada</li> </ul>	<b>Almoço - Entrada</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Acelga</li> <li>Tomate</li> <li>Cenoura ralada</li> <li>Tabule</li> </ul>	<b>Almoço - Entrada</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Repolho liso</li> <li>Tomate</li> <li>Cenoura ralada com azeitona verde</li> </ul>	<b>Almoço - Entrada</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Alface crespa</li> <li>Tomate</li> <li>Cenoura ralada</li> <li>Pepino à vinagrete</li> </ul>
<b>Prato principal</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Arroz branco</li> <li>Arroz integral</li> <li>Feijão carioca</li> <li>Bife com cebola roxa</li> <li>Escondidinho de frango</li> <li>Brócolis com alho frito</li> <li>Acelga refogada</li> </ul>	<b>Prato principal</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Arroz branco</li> <li>Arroz integral</li> <li>Feijão carioca</li> <li>Panqueca de carne</li> <li>Filé de frango com molho de limão</li> <li>Creme de milho</li> <li>Legumes no vapor</li> </ul>	<b>Prato principal</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Arroz branco</li> <li>Arroz integral</li> <li>Feijão preto</li> <li>Escalope / molho madeira</li> <li>Isca de frango com champignon</li> <li>Batata rústica</li> <li>Escarola refogada</li> </ul>	<b>Prato principal</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Arroz branco</li> <li>Arroz integral</li> <li>Feijão carioca</li> <li>Carne assada</li> <li>Frango na panela com molho de tomate</li> <li>Penne no azeite</li> <li>Abobrinha com alecrim</li> </ul>	<b>Prato principal</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Arroz branco</li> <li>Arroz integral</li> <li>Feijão carioca</li> <li>Almôndega de carne</li> <li>Filé de frango com molho de maracujá</li> <li>Purê de cenoura</li> <li>Couve manteiga</li> </ul>
<b>Suco</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>De fruta</li> <li>Água aromatizada</li> </ul>	<b>Suco</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>De fruta</li> <li>Água aromatizada</li> </ul>	<b>Suco</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>De fruta</li> <li>Água aromatizada</li> </ul>	<b>Suco</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>De fruta</li> <li>Água aromatizada</li> </ul>	<b>Suco</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>De fruta</li> <li>Água aromatizada</li> </ul>
<b>Sobremesa</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Caqui</li> </ul>	<b>Sobremesa</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Salada de frutas</li> </ul>	<b>Sobremesa</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Abacaxi</li> </ul>	<b>Sobremesa</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Melancia</li> </ul>	<b>Sobremesa</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Maçã</li> </ul>
<b>Lanche</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Suco de morango</li> <li>Pão de fôrma à pizzaiolo</li> <li>Chips de maçã</li> <li>Banana com granola</li> </ul>	<b>Lanche</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Suco de uva</li> <li>Pão de leite com manteiga</li> <li>Bolo de cenoura</li> <li>Maçã</li> </ul>	<b>Lanche</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Chocolate gelado</li> <li>Bisnaguinha integral com queijo minas</li> <li>Pipoca</li> <li>Mamão com aveia</li> </ul>	<b>Lanche</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Vitamina de abacate</li> <li>Pão francês com patê de frango Biscoito polvilho</li> <li>Melão com granola</li> </ul>	<b>Lanche</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>logurte natural com mel</li> <li>Rap com fibra com queijo no forno</li> <li>Pipoca</li> <li>Melancia</li> </ul>

## 70% das Necessidades Diárias

### INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 4 - 5 ANOS PRÉ-ESCOLA

<b>Energia (Kcal) – Base: 945</b>	<b>Carboidrato (g) 55% a 65% do VET</b>	<b>Proteína (g) 10% a 15% do VET</b>	<b>Lipídio (g) 15% a 30% do VET</b>
944,51	122,79g 52,00%	38,45g 16,28%	33,88g 32,28%

### INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 6 - 10 ANOS ENSINO FUNDAMENTAL ANOS INICIAIS

<b>Energia (Kcal) – Base: 1.150</b>	<b>Carboidrato (g) 55% a 65% do VET</b>	<b>Proteína (g) 10% a 15% do VET</b>	<b>Lipídio (g) 15% a 30% do VET</b>
1.354,50	206,71g 61,05%	51,38g 15,17%	38,95g 25,88%

### INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 11 - 15 ANOS ENSINO FUNDAMENTAL ANOS FINAIS

<b>Energia (Kcal) – Base: 1.656</b>	<b>Carboidrato (g) 55% a 65% do VET</b>	<b>Proteína (g) 10% a 15% do VET</b>	<b>Lipídio (g) 15% a 30% do VET</b>
1.719,16	230,78g 53,70%	60,80g 14,50%	63,33g 33,16%

### INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 16 - 18 ANOS ENSINO MÉDIO

<b>Energia (Kcal) – Base: 1.902</b>	<b>Carboidrato (g) 55% a 65% do VET</b>	<b>Proteína (g) 10% a 15% do VET</b>	<b>Lipídio (g) 15% a 30% do VET</b>
1.937,66	250,01g 51,06%	64,42g 13,48%	78,02g 36,73%

# Cardápio - 8 a 12/4



## Segunda-feira (8/4)

### Almoço - Entrada

- Acelga
- Tomate
- Cenoura ralada
- Brócolis com gergelim

### Prato principal

- Arroz branco
- Arroz integral
- Feijão carioca
- Strogonoff de carne
- Rolê de frango
- Batata bolinha forno
- Farofa

### suco

- De fruta
- Água aromatizada

### Sobremesa

- Maçã

### Lanche

- Leite com chocolate
- Torrada integral com patê de atum
- Pão de queijo
- Melão com mel

## Terça-feira (9/4)

### Almoço - Entrada

- Repolho roxo
- Tomate
- Cenoura ralada
- Vinagrete com salsa e cebolinha

### Prato principal

- Arroz branco
- Arroz integral
- Feijão carioca
- Picadinho com batata, cenoura e ervilha
- Filé de frango com molho de limão
- Mandioca com manteiga
- Couve no azeite

### suco

- De fruta
- Água aromatizada

### Sobremesa

- Melancia

### Lanche

- Suco de manga
- Pão francês com requeijão
- Açaí com granola
- Mamão com mel

## Quarta-feira (10/4)

### Almoço - Entrada

- Alface lisa
- Tomate
- Cenoura ralada
- Pepino com semente de girassol

### Prato principal

- Arroz branco
- Arroz integral
- Feijão carioca
- Bife com molho argentino
- Isca de frango com molho mostarda
- Abacaxi grelhado
- Couve-flor com gergelim

### suco

- De fruta
- Água aromatizada

### Sobremesa

- Melão

### Lanche

- Vitamina de maçã
- Tostex
- Pipoca
- Banana com aveia

## Quinta-feira (11/4)

### Almoço - Entrada

- Alface roxa
- Tomate
- Cenoura ralada e cogumelo

### Prato principal

- Arroz branco
- Arroz integral
- Feijão preto
- Isca de carne com pimentão e cebola
- Filé de frango com molho de creme de leite
- Acelga refogada
- Virado de ervilha

### suco

- De fruta
- Água aromatizada

### Sobremesa

- Salada de fruta

### Lanche

- Leite com chocolate
- Pão de fôrma artesano com manteiga
- Biscoito de polvilho
- Maçã

## Sexta-feira (12/4)

### Almoço - Entrada

- Rúcula
- Tomate
- Cenoura, nabo e beterraba ralada

### Prato principal

- Arroz branco
- Arroz integral
- Feijão carioca
- Abobrinha recheada com carne moída
- Sobrecoxa crocante
- Polenta ao sugo
- Repolho no vapor

### suco

- De fruta
- Água aromatizada

### Sobremesa

- Laranja

### Lanche

- Suco de abacaxi
- Pão de leite com requeijão
- Chips de maçã
- Melancia

## 70% das Necessidades Diárias

### INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 4 - 5 ANOS PRÉ-ESCOLA

Energia (Kcal) – Base: 945	Carboidrato (g) 55% a 65% do VET		Proteína (g) 10% a 15% do VET		Lipídio (g) 15% a 30% do VET	
921,17	126,23g	54,81%	38,31g	16,64%	30,85g	30,14%

### INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 6 - 10 ANOS ENSINO FUNDAMENTAL ANOS INICIAIS

Energia (Kcal) – Base: 1.150	Carboidrato (g) 55% a 65% do VET		Proteína (g) 10% a 15% do VET		Lipídio (g) 15% a 30% do VET	
1.276,20	195,20g	61,21%	50,08g	15,70%	35,16g	24,80%

### INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 11 - 15 ANOS ENSINO FUNDAMENTAL ANOS FINAIS

Energia (Kcal) – Base: 1.656	Carboidrato (g) 55% a 65% do VET		Proteína (g) 10% a 15% do VET		Lipídio (g) 15% a 30% do VET	
1.698,77	229,53g	54,09%	62,01g	14,60%	62,23g	32,97%

### INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 16 - 18 ANOS ENSINO MÉDIO

Energia (Kcal) – Base: 1.902	Carboidrato (g) 55% a 65% do VET		Proteína (g) 10% a 15% do VET		Lipídio (g) 15% a 30% do VET	
1.974,71	246,40g	49,91%	66,54g	13,48%	83,76g	38,17%

# Cardápio - 15 a 19/4



## Segunda-feira (15/4)

### Almoço - Entrada

- Alface cresa
- Tomate cereja
- Cenoura ralada e beterraba ralada

### Prato principal

- Arroz branco
- Arroz integral
- Feijão carioca
- Escalopinho ao molho escuro e cebola roxa
- Fricassê de frango
- Legumes no vapor
- Escarola refogada

### suco

- De fruta
- Água aromatizada

### Sobremesa

- Maçã

### Lanche

- Leite com chocolate
- Pão de fôrma com patê de queijo Pipoca
- Mamão com aveia

## Terça-feira (16/4)

### Almoço - Entrada

- Agrião
- Tomate
- Cenoura ralada
- Beringela temperada

### Prato principal

- Arroz branco
- Arroz integral
- Feijão carioca
- Isca de carne à moda yakisoba
- Filé de frango acebolado
- Espaguete com azeite
- Acelga refogada

### suco

- De fruta
- Água aromatizada

### Sobremesa

- Melancia

### Lanche

- Iogurte de ameixa
- Pão francês com manteiga
- Biscoito de polvilho
- Banana com mel

## Quarta-feira (17/4)

### Almoço - Entrada

- Alface lisa
- Tomate
- Cenoura ralada
- Chuchu à mimoso

### Prato principal

- Arroz branco
- Arroz integral
- Feijão carioca
- Bife com molho chimichurri
- Panqueca rosa de frango com requeijão
- Creme de espinafre
- Abobrinha refogada

### suco

- De fruta
- Água aromatizada

### Sobremesa

- Melão

### Lanche

- Leite com chocolate
- Torrada integral com requeijão
- Pão de queijo
- Açaí com banana

## Quinta-feira (18/4)

### Almoço - Entrada

- Alface lisa
- Tomate
- Cenoura ralada
- Batata bolinha temperada

### Prato principal

- Arroz branco
- Arroz integral
- Feijão preto
- Carne moída com milho e azeitona
- Frango assado
- Cuscuz
- Brócolis com gergelim

### suco

- De fruta
- Água aromatizada

### Sobremesa

- Salada de fruta

### Lanche

- Suco de maracujá
- Pão francês com manteiga
- Chips de maçã
- Melão com granola

## Sexta-feira (19/4)

### Almoço - Entrada

- Alface cresa
- Tomate e ovo de codorna
- Cenoura ralada com azeitona verde

### Prato principal

- Arroz branco
- Arroz integral
- Feijão carioca
- Carne assada
- Filé de frango grelhado com orégano
- Nhoque ao sugo
- Beringela grelhada

### suco

- De fruta
- Água aromatizada

### Sobremesa

- Laranja

### Lanche

- Vitamina de fruta
- Bisnaguinha de cenoura com requeijão
- Chips de maçã
- Melancia

## 70% das Necessidades Diárias

### INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 4 - 5 ANOS PRÉ-ESCOLA

<b>Energia (Kcal) – Base: 945</b>	<b>Carboidrato (g) 55% a 65% do VET</b>	<b>Proteína (g) 10% a 15% do VET</b>	<b>Lipídio (g) 15% a 30% do VET</b>
959,23	134,33g 56,02%	37,21g 15,52%	31,94g 29,96%

### INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 6 - 10 ANOS ENSINO FUNDAMENTAL ANOS INICIAIS

<b>Energia (Kcal) – Base: 1.150</b>	<b>Carboidrato (g) 55% a 65% do VET</b>	<b>Proteína (g) 10% a 15% do VET</b>	<b>Lipídio (g) 15% a 30% do VET</b>
1.269,96	193,55g 60,96%	47,07g 14,82%	37,02g 26,24%

### INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 11 - 15 ANOS ENSINO FUNDAMENTAL ANOS FINAIS

<b>Energia (Kcal) – Base: 1.656</b>	<b>Carboidrato (g) 55% a 65% do VET</b>	<b>Proteína (g) 10% a 15% do VET</b>	<b>Lipídio (g) 15% a 30% do VET</b>
1.573,46	230,28g 58,54%	57,70g 14,67%	49,92g 28,55%

### INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 16 - 18 ANOS ENSINO MÉDIO

<b>Energia (Kcal) – Base: 1.902</b>	<b>Carboidrato (g) 55% a 65% do VET</b>	<b>Proteína (g) 10% a 15% do VET</b>	<b>Lipídio (g) 15% a 30% do VET</b>
2.005,86	276,22g 54,67%	71,50g 14,65%	68,33g 30,68%

# Cardápio - 22 a 26/4



## Segunda-feira (22/4)

### Almoço - Entrada

- Alface crespa
- Tomate
- Cenoura ralada
- Vagem à vinagrete

### Prato principal

- Arroz branco
- Arroz integral
- Feijão preto
- Bife de panela
- Cubos de frango com milho verde
- Purê de batata
- Repolho com alho frito

### suco

- De fruta
- Água aromatizada

### Sobremesa

- Laranja

### Lanche

- logurte de morango
- Pão francês com requeijão
- Ovo mexido
- Melão com mel

## Terça-feira (23/4)

### Almoço - Entrada

- Alface lisa
- Tomate
- Cenoura ralada
- Maionese

### Prato principal

- Arroz branco
- Arroz integral
- Feijão carioca
- Filé de peixe com molho de tomate e salsa
- Carne recheada assada
- (cenoura e vagem)
- Pirão
- Legumes no vapor

### suco

- De fruta
- Água aromatizada

### Sobremesa

- Salada de frutas

### Lanche

- Suco de abacaxi
- Pão de fôrma com semente /normal com manteiga
- Pipoca
- Banana com granola

## Quarta-feira (24/4)

### Almoço - Entrada

- Rúcula
- Tomate
- Cenoura ralada
- Salpicão

### Prato principal

- Arroz branco
- Arroz integral
- Feijão carioca
- Rocambole de carne
- Filé de frango com maracujá
- Batata noisettes
- Couve-flor com salsa

### suco

- De fruta
- Água aromatizada

### Sobremesa

- Abacaxi

### Lanche

- Chocolate gelado
- Bisnaguinha integral com patê de azeitona
- Biscoito de polvilho
- Mamão com aveia em flocos

## Quinta-feira (25/4)

### Almoço - Entrada

- Alface crespa
- Tomate
- Cenoura e beterraba ralada com semente de girassol

### Prato principal

- Arroz branco
- Arroz integral
- Feijão carioca
- Bife grelhado com molho barbecue
- Lasanha
- Legumes sauté
- Chuchu com salsa

### suco

- De fruta
- Água aromatizada

### Sobremesa

- Banana

### Lanche

- Suco de uva
- Pão de leite com requeijão
- Chips de maçã
- Mamão com granola

## Sexta-feira (26/4)

### Almoço - Entrada

- Alface mimosa
- Tomate
- Cenoura ralada
- Pepino com gergelim

### Prato principal

- Arroz branco
- Arroz integral
- Feijão carioca
- Hambúrguer
- Isca de frango com molho de strogonoff com milho
- Parafuso com salsa
- Escarola no azeite

### suco

- De fruta
- Água aromatizada

### Sobremesa

- Melancia

### Lanche

- Leite com chocolate
- Pão integral
- Francês com manteiga
- Pipoca
- Açaí com mel

### 70% das Necessidades Diárias

#### INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 4 - 5 ANOS PRÉ-ESCOLA

Energia (Kcal) – Base: 945	Carboidrato (g) 55% a 65% do VET		Proteína (g) 10% a 15% do VET		Lipídio (g) 15% a 30% do VET	
896,23	122,78g	54,80 %	35,39g	15,79%	30,60g	30,73%

#### INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 6 - 10 ANOS ENSINO FUNDAMENTAL ANOS INICIAIS

Energia (Kcal) – Base: 1.150	Carboidrato (g) 55% a 65% do VET		Proteína (g) 10% a 15% do VET		Lipídio (g) 15% a 30% do VET	
1.317,49	196,81g	59,75%	47,80g	14,51%	40,35g	27,57%

#### INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 11 - 15 ANOS ENSINO FUNDAMENTAL ANOS FINAIS

Energia (Kcal) – Base: 1.656	Carboidrato (g) 55% a 65% do VET		Proteína (g) 10% a 15% do VET		Lipídio (g) 15% a 30% do VET	
1.658,19	232,16g	56,00%	58,66g	14,15%	58,15g	31,56%

#### INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 16 - 18 ANOS ENSINO MÉDIO

Energia (Kcal) – Base: 1.902	Carboidrato (g) 55% a 65% do VET		Proteína (g) 10% a 15% do VET		Lipídio (g) 15% a 30% do VET	
1.911,44	244,01 g	51,06%	64,42g	13,48%	78,02g	36,73%

# Cardápio - 29/4 a 3/5



Segunda-feira (29/4)	Terça-feira (30/4)	Quarta-feira (1º/5)	Quinta-feira (2/5)	Sexta-feira (3/5)
<b>Almoço - Entrada</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Alface mista</li> <li>Tomate</li> <li>Cenoura ralada</li> <li>Pepino japonês com cebolinha</li> </ul>	<b>Almoço - Entrada</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Alface lisa</li> <li>Tomate</li> <li>Cenoura ralada</li> <li>Tabule</li> </ul>	<b>Almoço - Entrada</b> Feriado Dia do Trabalho	<b>Almoço - Entrada</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Alface mimosa</li> <li>Tomate</li> <li>Cenoura ralada</li> <li>Beterraba à vinagrete</li> </ul>	<b>Almoço - Entrada</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Alface mimosa</li> <li>Tomate</li> <li>Cenoura ralada</li> <li>Maionese</li> </ul>
<b>Prato principal</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Arroz branco</li> <li>Arroz integral</li> <li>Feijão carioca</li> <li>Quibe no forno</li> <li>Frango ao molho de tomate com batata</li> <li>Quiabo com cebola e salsa</li> <li>Couve com alho frito</li> </ul>	<b>Prato principal</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Arroz branco</li> <li>Arroz integral</li> <li>Feijão carioca</li> <li>Bife com molho diana</li> <li>Isca de frango com pimentão e cebola</li> <li>Cenoura na manteiga</li> <li>Acelga refogada</li> </ul>	<b>Prato principal</b>	<b>Prato principal</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Arroz branco</li> <li>Arroz integral</li> <li>Feijão carioca</li> <li>Cubos de carne com batata bolinha</li> <li>Panqueca de frango</li> <li>Vagem refogada</li> <li>Couve refogada</li> </ul>	<b>Prato principal</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Arroz branco</li> <li>Arroz integral</li> <li>Feijão carioca</li> <li>Carne moída com legumes</li> <li>Frango assado com molho de laranja</li> <li>Milho verde em rodela</li> <li>Virado de alho poró</li> </ul>
<b>suco</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>De fruta</li> <li>Água aromatizada</li> </ul>	<b>suco</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>De fruta</li> <li>Água aromatizada</li> </ul>	<b>suco</b>	<b>suco</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>De fruta</li> <li>Água aromatizada</li> </ul>	<b>suco</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>De fruta</li> <li>Água aromatizada</li> </ul>
<b>Sobremesa</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Melancia</li> </ul>	<b>Sobremesa</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Melão</li> </ul>	<b>Sobremesa</b>	<b>Sobremesa</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Laranja</li> </ul>	<b>Sobremesa</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Banana</li> </ul>
<b>Lanche</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Suco de caju</li> <li>Pão integral/normal com manteiga</li> <li>Bolo de laranja</li> <li>Maçã</li> </ul>	<b>Lanche</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Leite com chocolate</li> <li>Bisnaguinha com requeijão</li> <li>Pão de queijo</li> <li>Banana com mel</li> </ul>	<b>Lanche</b>	<b>Lanche</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Vitamina de abacate</li> <li>Pão de leite com manteiga</li> <li>Biscoito Polvilho</li> <li>Mamão com aveia</li> </ul>	<b>Lanche</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Chocolate gelado</li> <li>Pão de fôrma/normal com semente e requeijão</li> <li>Pipoca</li> <li>Melão</li> </ul>

## 70% das Necessidades Diárias

### INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 4 - 5 ANOS PRÉ-ESCOLA

<b>Energia (Kcal) – Base: 945</b>	<b>Carboidrato (g) 55% a 65% do VET</b>	<b>Proteína (g) 10% a 15% do VET</b>	<b>Lipídio (g) 15% a 30% do VET</b>
989,11	137,09g 55,44%	42,27g 17,09%	31,42g 28,59%

### INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 6 - 10 ANOS ENSINO FUNDAMENTAL ANOS INICIAIS

<b>Energia (Kcal) – Base: 1.150</b>	<b>Carboidrato (g) 55% a 65% do VET</b>	<b>Proteína (g) 10% a 15% do VET</b>	<b>Lipídio (g) 15% a 30% do VET</b>
1.318,96	195,15g 59,18%	53,31g 16,17%	38,57g 29,45%

### INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 11 - 15 ANOS ENSINO FUNDAMENTAL ANOS FINAIS

<b>Energia (Kcal) – Base: 1.656</b>	<b>Carboidrato (g) 55% a 65% do VET</b>	<b>Proteína (g) 10% a 15% do VET</b>	<b>Lipídio (g) 15% a 30% do VET</b>
1.652,47	230,99g 55,70%	64,04g 15,50%	54,91g 29,90%

### INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 16 - 18 ANOS ENSINO MÉDIO

<b>Energia (Kcal) – Base: 1.902</b>	<b>Carboidrato (g) 55% a 65% do VET</b>	<b>Proteína (g) 10% a 15% do VET</b>	<b>Lipídio (g) 15% a 30% do VET</b>
1.728,74	252,24g 58,50%	62,20g 14,42%	54,89g 28,64%