

CARDÁPIO BOTAFOGO E TURVÍNEA EDUCAÇÃO INTEGRAL INFANTIL 01 e 02 NOVEMBRO/2025

03/11 CAFÉ DA MANHA:

LEITE INTEGRAL OU FÓRMULA, FRUTA, PÃO*E REQUEIJÃO CASEIRO *OPÇÃO: BOLACHA SALGADA OU DOCE

ALMOCO:

ARROZ, FEIJÃO, CARNE EM CUBOS COM BATATA SALADA DE BETERRABA

LANCHE DA TARDE:

SUCO NATURAL PÃO COM FRANGO 1 FRUTA

JANTAR:

ARROZ, FEIJÃO, OMELETE DE FORNO, ABOBRINHA REFOGADA SALADA DE PEPINO 04/11

LEITE INTEGRAL OU FÓRMULA, FRUTA, PÃO*E MARGARINA *OPÇÃO: BOLACHA SALGADA OU

DOCE

CAFÉ DA MANHA:

.........

ALMOÇO: ARROZ, FEIJÃO, PERNIL ACEBOLADO CENOURA REFOGADA

SALADA DE TOMATE

LANCHE DA TARDE: SUCO NATURAL , PIZZA DE ASSADEIRA (RECHEIO

> OPCIONAL) 1 FRUTA

JANTAR:

SOPA DE FEIJÃO, CARNE MOIDA AO MOLHO, POLENTA, SALADA DE CHUCHU 05/11 CAFÉ DA MANHA:

LEITE INTEGRAL OU FÓRMULA, FRUTA, PÃO*E REQUEIJÃO CASEIRO *OPÇÃO: BOLACHA SALGADA OU

DOCE

ALMOÇO: : ARROZ, FEIJÃO, COXA E SOBRECOXA ASSADA, BATATA DOCE SALADA DE PEPINO

LANCHE DA TARDE:

OVO COZIDO SUCO NATURAL E 1 FRUTA

JANTAR:

ARROZ,FEIJÃO, CARNE EM CUBOS,CABOTIÁ REFOGADA SALADA DE BERINJELA 06/11 CAFÉ DA MANHA:

LEITE INTEGRAL OU FÓRMULA, FRUTA, PÃO*E REQUEIJÃO CASEIRO

*OPÇÃO: BOLACHA SALGADA OU DOCE

ALMOÇO:

ARROZ, FEIJÃO, CARNE DE PANELA, CHUCHU REFOGADO SALADA DE REPOLHO

LANCHE DA TARDE:

LEITE INTEGRAL OU FÓRMULA 1 FRUTA BOLO DE BANANA ZERO

JANTAR:

ARROZ, FEIJÃO, PERNIL ACEBOLADO, CENOURA REFOGADA SALADA DE BETERRABA 07/11 CAFÉ DA MANHA:

LEITE INTEGRAL OU FÓRMULA, FRUTA, PÃO*E REQUEIJÃO CASEIRO

*OPÇÃO: BOLACHA SALGADA OU DOCE

ALMOÇO: MACARRÃO COM
CARNE MOÍDA
(FAZER COM MOLHO DE TOMATE
IN NATURA ACRESCENTAR
CENOURA E CHUCHU PARA
CRIANÇAS EM INTRODUÇÃO
ALIMENTAR)
SALADA DE ABOBRINHA

LANCHE DA TARDE:
SUCO NATURAL E
COOKIES DE BANANA COM AVEIA

JANTAR:

CANJA COM CENOURA, BATATA E CHUCHU





CENTRAL DE ALIMENTAÇÃO - AV. José Cutrale Junior nº2 420 Jardim Sanderson - 3343-

Praça José Stamato Sobrinho - nº 45 - CEP 14701-009 - Cx Postal 361 CNPJ - 45.709.920/0001-11 - Insc. Est. Isenta BEBEDOURO - Estado de São Paulo Fone: (17) 3345-9100 - www bebedgure so gov by

10/11				
CAFÉ	DA	MANHA:		

LEITE INTEGRAL OU FÓRMULA. FRUTA, PÃO*E MARGARINA *OPCÃO: BOLACHA SALGADA OU DOCE

ALMOÇO:

ARROZ, FEIJÃO, PEIXE ASSADO, CENOURA REFOGADA SALADA DE PEPINO

LANCHE DA TARDE:

SUCO NATURAL, PIZZA DE SSADEIRA (RECHEIO OPCIONAL) E 1 FRUTA

JANTAR JANTAR:

SOPA DE FEIJÃO, COM LEGUMES E MACARRÃO

11/11 CAFÉ DA MANHA:

LEITE INTEGRAL OU FÓRMULA. RUTA, PÃO*E REQUEIJÃO CASEIRO *OPCÃO: BOLACHA SALGADA OU DOCE

ALMOCO:

ARROZ, FEIJÃO, POLENTA, CARNE MOIDA REFOGADA E SALADA DE ABOBRINHA

LANCHE DA TARDE:

COOKIES DE BANANA 1 FRUTA

JANTAR: ARROZ. FEIJÃO. FRANGO AO MOLHO CHUCHU REFOGADO SALADA DE BETERRABA

12/11 CAFÉ DA MANHA:

LEITE INTEGRAL OU FÓRMULA. FRUTA, PÃO*E REQUEIJÃO **CASEIRO**

*OPÇÃO: BOLACHA SALGADA OU DOCE

ALMOCO:

REPOLHO REFOGADO SALADA DE CENOURA

LANCHE DA TARDE:

VITAMINA DE FRUTA/FÓRMULA. **BOLO DE BANANA ZERO** 1 FRUTA

JANTAR: ARROZ, FEIJÃO, OMELETE DE FORNO. CABOTIÁ REFOGADA E SALADA CHUCHU

13/11 CAFÉ DA MANHA:

LEITE INTEGRAL OU FÓRMULA. RUTA, PÃO*E REQUEIJÃO CASEIRORUTA, PÃO*E REQUEIJÃO CASEIRO *OPÇÃO: BOLACHA SALGADA OU DOCE

ALMOCO:

ARROZ. FEIJÃO. ESCONDIDINHO ARROZ, FEIJÃO, CARNE EM CUBOS DE FRANGO E SALADA DE TOMATE ASSADA E SALADA DE BETERRABA

LANCHE DA TARDE:

SUCO NATURAL PÃO COM OVO 1 FRUTA

JANTAR: ARROZ.FEIJÃO. CARNE MOÍDA .REPOLHO REFOGADO SALADA DE PEPINO

14/11

CAFÉ DA MANHÃ:

LEITE INTEGRAL OU FÓRMULA. *OPCÃO: BOLACHA SALGADA OU

DOCE

ALMOCO:

ARROZ, FEIJÃO, PERNIL, BATATA

LANCHE DA TARDE:

CANJICA 1 FRUTA

JANTAR: CALDO DE CABOTIÁ COM CARNE





CENTRAL DE ALIMENTAÇÃO - AV. José Cutrale Junior nº2 420 Jardim Sanderson - 3343-

Praca José Stamato Sobrinho - nº 45 - CEP 14701-009 - Cx Postal 361 CNPJ - 45.709.920/0001-11 - Insc. Est. Isenta BEBEDOURO - Estado de São Paulo Fone: (17) 3345-9100 - www bebedgure so gov by

	1//	11	
CAFÉ	DΑ	МΔ	NHÃ:

LEITE INTEGRAL/FÓRMULA. FRUTA, PÃO* E MARGARINA *OPCÃO: BOLACHA SALGADA OU DOCE

ALMOÇO:

ARROZ. FEIJÃO. **SALADA DE TOMATE**

LANCHE DA TARDE:

SUCO NATURAL. PIZZA DE ASSADEIRA (RECHEIO OPCIONAL) 1 FRUTA

JANTAR: SOPA DE FEIJÃO, CARNE MOÍDA, CENOURA, CHUCHU, E MACARRÃO

18/11

CAFÉ DA MANHÃ:

LEITE INTEGRAL/FÓRMULA. FRUTA, PÃO* E REQUEIJÃO CASEIRO *OPCÃO: BOLACHA SALGADA OU DOCE

ALMOCO:

MACARRÃO COM MOLHO DE FRANGO AO MOLHO, CABOTIÁ OMATE IN NATURA E CARNE MOÍDA (ACRESCENTA CHUCHU E CABOTIÁ PARA CRIANÇAS EM INTRODUÇÃO ALIMENTAR)

LANCHE DA TARDE:

SALADA DE ABOBRINHA

CANJICA 1 FRUTA

JANTAR:

ARROZ, FEIJÃO, PERNIL EM CUBOS CENOURA REFOGADA SALADA DE PEPINO

19/11 CAFÉ DA MANHA:

LEITE INTEGRAL/FÓRMULA. FRUTA, PÃO* E REQUEIJÃO CASEIRO *OPCÃO: BOLACHA SALGADA OU DOCE

ALMOCO:

ARROZ, FEIJÃO, ISCAS DE FRANGO. ABÓBRINHA REFOGADA SALADA DE BETERRABA

LANCHE DA TARDE:

SUCO NATURAL **BOLO DE BANANA ZERO ACÚCAR** 1 FRUTA

JANTAR:

ARROZ. FEIJÃO. CARNE MOÍDA COM BATATA SALADA DE BERINJELA

20/11

FERIADO NACIONAL

21/11 **CAFÉ DA MANHA: LEITE** INTEGRAL/FÓRMULA. FRUTA, PÃO* E REQUEIJÃO CASEIR *OPÇÃO: BOLACHA SALGADA OU DOCE

ALMOCO:

ARROZ, FEIJÃO, PERNIL EM CUBOS, CENOURA REFOGADA SALADA DE PEPINO

LANCHE DA TARDE: VITAMINA DE FRUTAS, BOLO SIMPLES 1 FRUTA

JANTAR:

CANJA COM CENOURA, BATATA E CHUCHU





CENTRAL DE ALIMENTAÇÃO - AV. José Cutrale Junior nº2 420 Jardim Sanderson - 3343-

CNPJ - 45.709.920/0001-11 - Insc. Est. Isenta BEBEDOURO - Estado de São Paulo Fone: (17) 3345-9100 - www bebedgure so gov by

CAFÉ DA MANHA:

LEITE INTEGRAL/FÓRMULA. FRUTA, PÃO* E REQUEIJÃO CASFIRO

*OPCÃO: BOLACHA SALGADA **OU DOCE**

ALMOCO:

ARROZ. FEIJÃO. PERNIL ASSADO, **BATATA ASSADA SALADA DE TOMATE**

LANCHE DA TARDE:

COOKIES DE BANANA 1 FRUTA

JANTAR:

SOPA DE FELIÃO COM LEGUMES CENOURA, CABOTIÁ E CHUCHU)

25/11

CAFÉ DA MANHA:

LEITE INTEGRAL/FÓRMULA. FRUTA, PÃO* E REQUEIJÃO CASEIRO FRUTA, PÃO* E REQUEIJÃO CASEIRO *OPCÃO: BOLACHA SALGADA OU DOCE

ALMOCO:

ARROZ, FEIJÃO, CARNE DE PANELA, REPOLHO REFOGADO SALADA DE BETERRABA

LANCHE DA TARDE:

SUCO NATURAL PIZZA DE ASSADEIRA (RECHEIO OPCIONAL) 1 FRUTA

JANTAR:

ARROZ. FEIJÃO. FRANGO EM MOLHO, CHUCHU REFOGADO E SALADA DE BERINJELA

26/11 CAFÉ DA MANHA:

LEITE INTEGRAL/FÓRMULA. *OPCÃO: BOLACHA SALGADA OU DOCE

ALMOCO:

ARROZ, FEIJÃO, POLENTA, CARNE MOÍDA SALADA DE PEPINO

LANCHE DA TARDE:

SUCO NATURAL BOLO DE BANANA ZERO ACÚCAR 1 FRUTA

JANTAR:

ARROZ, FEIJÃO, PEIXE ASSADO, **BATATA ASSADA** SALADA DE ABÓBRINHA

27/11 CAFÉ DA MANHA:

LEITE INTEGRAL/FÓRMULA. FRUTA, PÃO* E REQUEIJÃO CASFIRO

*OPCÃO: BOLACHA SALGADA OU DOCE

ALMOCO:

ARROZ, FEIJÃO, FRANGO EM TIRAS, CENOURA REFOGADA E SALADA DE PEPINO

LANCHE DA TARDE:

SUCO NATURAL MILHO COZIDO 1 FRUTA

JANTAR:

ARROZ. FEIJÃO. **CARNE EM CUBOS** BATATA DOCE SALADA DE TOMATE

28/11 CAFÉ DA MANHÃ:

LEITE INTEGRAL/FÓRMULA. FRUTA, PÃO* E MARGARINA *OPCÃO: BOLACHA SALGADA OU DOCE

ALMOCO:

ARROZ, FEIJÃO, PERNIL ACEBOALADO, CABOTIÁ REFOGADA SALADA DE ABOBRINHA

> **LANCHE DA TARDE:** PÃO COM OVO

SUCO NATURAL

JANTAR:

CANJA COM CENOURA, BATATA E CHUCHU

PARA CRIANÇAS MENORES DE 2 ANOS, OFERTAR LEITE INTEGRAL OU FÓRMULA NO LANCHE DA TARDE E FRUTA QUANDO HOUVER PREPARAÇÕES COM ADIÇÃO DE **ACÚCAR**

*CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES SEM PRÉVIO AVISO

** EM RELAÇÃO A CONSISTÊNCIAELA DEVE-SE FAZER A ADEQUAÇÃO E SEGUIR A NECESSIDADE DE CADA CRIANÇA.





CENTRAL DE ALIMENTAÇÃO - AV. José Cutrale Junior nº2 420 Jardim Sanderson - 3343-

Praça José Stamato Sobrinho - nº 45 - CEP 14701-009 - Cx Postal 361 CNPJ - 45.709 920/0001-11 - Insc. Est. Isenta BEBEDOURO - Estado de São Paulo Fone: (17) 3345-9100 - www.bebedouro.sp.gov.br

*** O CARDÁPIO CONTÉM CAFÉ DA MANHÃ, ALMOÇO, LANCHE DA TARDE E JANTAR.

****CASO HAJA CRIANÇAS COM ALERGIA OU QUE NÃO TENHAM CONTATO COM OVO TROCAR POR FRANGO.





RECEITAS CITADAS NO CARDÁPIO

BOLO DE BANANA ZERO AÇÚCAR

- 3 OVOS
- 1 XICARÁ DE AVEIA (FLOCOS OU FARELO OU FARINHA DE AVEIA)
- 1 XICARÁ DE FARINHA DE TRIGO
- 1/3 DA XICARÁ DE ÓLEO VEGETAL
- **3 BANANAS BEM MADURAS**
- 1 COLHER E MEIA DE FERMENTO QUÍMICO
- 3 COLHERES DE SOPA DE ÁGUA (SE NECESSÁRIO PARA BATER)

MODO DE PREPARO:

BATA TODOS OS INGREDIENTE NO LIQUIDIFICADOR POR 3 MINUTOS, EXCETO O FERMENTO QUÍMICO.

APÓS FICAR UMA MISTURA HOMOGÊNEA, ACRESCENTAR O FERMENTO E MEXER DELICADAMENTE.

ASSAR EM ASSADEIRA REDONDA DE 22 CM DE DIÂMETRO OU RETANGULAR DE 20X30CM POR 40 A 50 MINUTOS.

COOKIES DE BANANA COM AVEIA E CACAU (OPCIONAL)

- **3 BANANAS GRANDES BEM MADURAS**
- **1 XICARA DE AVEIA**
- 1 COLHER DE SOPA CHEIA DE CACAU (OPCIONAL)

MODO DE PREPARO:

AMASSE AS BANANAS, MISTURES A AVEIA E O CACAU SE PREFERIRI, DEPIS COLOQUE EM UMA ASSADEIRA COM UM ESPAÇO DE 1 DEDOS ENTRE CADA PORÇÃO, ASSE POR VOLTA DE 20 MINUTOS OU ATÉ DORAR.



NUTRICIONISTA RESPONSAVEL: DEBORA LETICIA MACHADO DE MORAI S DA SILVA CRN: 45721



CENTRAL DE ALIMENTAÇÃO - AV. José Cutrale Junior nº2 420 Jardim Sanderson – 3343-

Praça José Stamato Sobrinho - nº 45 - CEP 14701-009 - Cx Postal 361 CNPJ - 45.709.920/0001-11 - Insc. Est. Isenta BEBEDOURO - Estado de São Paulo Fone: (17) 3345-9100 - www.bebedouro.sp.gov.br

RENDIMENTO 10 PORÇÕES





CENTRAL DE ALIMENTAÇÃO - AV. José Cutrale Junior nº2 420 Jardim Sanderson – 3343-

Praça José Stamato Sobrinho - nº 45 - CEP 14701-009 - Cx Postal 361 CNPJ - 45.709.920/0001-11 - Insc. Est. Isenta BEBEDOURO - Estado de São Paulo Fone: (17) 3345-9100 - www.bebedouro.sp.gov.br

Porcionamento e valores nutricionais Faixa etária: 4 a 5 anos Integral

	Quantidade	Preparação
Café	120 ml	Leite Integral
da manh	1 unidade	Pão francês
ã	1 colher de sopa rasa (15 g)	Requeijão caseiro
	2,5 colheres de sopa (75 g)	Arroz Polido
	2 conchas pequenas (40 g)	Feijão
Almoç o	2 colheres de sopa (50 g)	Carne moída refogada
	2,5 colheres de sopa (80 g)	Batata
	4 col. de sopa (80 g)	Beterraba
Lanc	120 ml	Vitamina de Banana
he da	1 fatia pequena (80 g)	Fruta(Mamão)
tarde	1 fatias pequena (30g)	Bolo simples limão
	2,5 colheres de sopa (75 g)	Arroz Polido
Janta	2 conchas pequenas (40 g)	Feijão
r	3 colheres de sopa (50 g)	Frango
	1 colher de sopa (30 g)	Cenoura





CENTRAL DE ALIMENTAÇÃO - AV. José Cutrale Junior nº2 420 Jardim Sanderson – 3343-

Praça José Stamato Sobrinho - nº 45 - CEP 14701-009 - Cx Postal 361 CNPJ - 45.709.920/0001-11 - Insc. Est. Isenta BEBEDOURO - Estado de São Paulo Fone: (17) 3345-9100 - www.bebedouro.sp.gov.br

1 colher de sopa (17 g)	Pepino
-------------------------	--------





Praça José Stamato Sobrinho - nº 45 - CEP 14701-009 - Cx Postal 361 CNPJ - 45.709.920/0001-11 - Insc. Est. Isenta BEBEDOURO - Estado de São Paulo Fone: (17) 3345-9100 - www.bebedouro.sp.gov.br CENTRAL DE ALIMENTAÇÃO - AV. José Cutrale Junior nº2 420 Jardim Sanderson − 3343-

ENERGIA	PROTEÍNA	LÍPIDIO	CARBOIDRATOS	CÁLCIO	FERRO	VITAMINA A	VITAMINA C
Kcal	g	g	g	mg	mg	µg	mg
713	26	19	144	450	8	124	

SUGESTÃO DE HORÁRIO

CAFÉ DA MANHÃ 07:30 Hrs ALMOÇO 10:30-11:00 Hrs LANCHE DA TARDE 13:00 Hrs JANTAR 15:30-16:00 Hrs





Praça José Stamato Sobrinho - nº 45 - CEP 14701-009 - Cx Postal 361 CNPJ - 45.709.920/0001-11 - Insc. Est. Isenta BEBEDOURO - Estado de São Paulo Fone: (17) 3345-9100 - www.bebedouro.sp.gov.br **CENTRAL DE ALIMENTAÇÃO** - AV. José Cutrale Junior nº2 420 Jardim Sanderson − 3343-

PER CAPITA EDUCAÇÃO INFANTIL 02				
	ALIMENTO	MEDID A CASEI RA	GRAM A/ ML	
	LEITE	0,8 соро	120 ml	
BEBI DA	ACHOCOLATADO	1/2 col de sopa	7 g	
S	VITAMINA DE FRUTA	0,8 copo	120 ml	
	SUCO NATURAL	0,8 соро	100 ml	
	PÃO	1 unidade	50 g	
	BOLO	1 fatia fina	30 gramas	
	BOLACHA DOCE	4 unidades	20 g	
	BOLACHA SALGADA	4 unidades	20 g	
	PIZZA DE ASSADEIRA	1 fatia pequena	45 g	
	ROSCA	1 fatia fina	30 gramas	
	MARGARINA	1 ponta de faca	5 g	
	REQUEIJÃO	0,6 col de sopa	15 g	
	ABACATE	1,5 col de sopa	40 g	
	ABACAXI	2 fatias pequenas	70 g	
	BANANA	1,5 unidade	60 g	
	GOIABA	1/4 de unidade	24 g	



Praça José Stamato Sobrinho - nº 45 - CEP 14701-009 - Cx Postal 361 CNPJ - 45.709.920/0001-11 - Insc. Est. Isenta BEBEDOURO - Estado de São Paulo Fone: (17) 3345-9100 - www.bebedouro.sp.gov.br

CENTRAL DE ALIMENTAÇÃO - AV. José Cutrale Junior nº2 420 Jardim Sanderson – 3343-

FRUTA S

LARANJA	1/2 unidade	60 g
MAÇÃ	1 unidade	80 g
MAMÃO	1 fatia pequena	80 g
MELÃO	2 fatias pequenas	85 g

MELANCIA	1 fatia pequena	90 g
MANGA	1/2 unidade	60 gramas
MORANGO	4 unidades	50 g
PERA	1/2 unidade	80 g
TANGERINA	2/3 unidade	80 g
UVA	16 unidades	80 g



CENTRAL DE ALIMENTAÇÃO - AV. José Cutrale Junior nº2 420 Jardim Sanderson – 3343-

Praça José Stamato Sobrinho - nº 45 - CEP 14701-009 - Cx Postal 361 CNPJ - 45.709.920/0001-11 - Insc. Est. Isenta BEBEDOURO - Estado de São Paulo Fone: (17) 3345-9100 - www.bebedouro.sp.gov.br

PER

CAPITA EDUCAÇÃO INFANTIL 02

	ALIMENTO	MEDIDA CASEIRA	GRAMA/ ML		
	FEIJÃO COZIDO	2 conchas pequenas	40 g		
	GRÃO DE BICO	2 col de sopa	40 g		
	CARNE BOVINA	2,5 col de sopa	50 g		
	CARNE DE FRANGO	3 col de sopa	50 g		
	CARNE SUÍNA	2 col de sopa	50 g		
	PEIXE	2 col de sopa	55 g		
	OVO	1 unidade	45 g		
	ARROZ COZIDO	4 col de sopa	75 g		
	PIPOCA	2 xícaras	20 g		
	CANJICA	1/2 canenca	100 g		
	SOPA	1 prato fundo	250 g		
A	ABÓBORA	1 col de sopa	30 g		
C	ABOBRINHA	1 col de sopa	30 g		
M	BATATA	2,5 col de sopa	80 g		
P	BATATA DOCE	2,5 col de sopa	80 g		





CENTRAL DE ALIMENTAÇÃO - AV. José Cutrale Junior nº2 420 Jardim Sanderson – 3343-

Praça José Stamato Sobrinho - nº 45 - CEP 14701-009 - Cx Postal 361 CNPJ - 45.709.920/0001-11 - Insc. Est. Isenta BEBEDOURO - Estado de São Paulo Fone: (17) 3345-9100 - www.bebedouro.sp.gov.br

	(3)		
A			
M	CENOURA	1 col de sopa	30 g





CENTRAL DE ALIMENTAÇÃO - AV. José Cutrale Junior nº2 420 Jardim Sanderson – 3343-

Praça José Stamato Sobrinho - nº 45 - CEP 1470 CNPJ - 45.709.920/0001-11 - Insc. Est BEBEDOURO - Estado de São Pa	aulo _	1 1 1	20	,-
Fone: (17) 3345-9100 - www.bebedourb	T	1 col de sopa	30 g	
	O VAGEM			
	VAGEM			



CENTRAL DE ALIMENTAÇÃO - AV. José Cutrale Junior nº2 420 Jardim Sanderson – 3343-

Praça José Stamato Sobrinho - nº 45 - CEP 14701-009 - Cx Postal 361 CNPJ - 45 709 920/0001-11 - Insc. Est. Isenta BEBEDOURO - Estado de São Paulo Fone: (17) 3345-9100 - www.bebedouro.sp.gov.br

	PER CAPITA EDUCAÇÃO INFANTIL 02				
	ALIMENTO	MEDIDA CASEIRA	GRAMA/ML		
	BETERRABA	4,5 col de sopa	80 g		
S A	BERINGELA	4,5 col de sopa	80 g		
L	CHUCHU	2 col de sopa	35 g		
A	BRÓCOLIS	2,5 col de sopa	50 g		
D A	COUVE-FLOR	2,5 col de sopa	50 g		
	TOMATE	4 fatias	25 g		
	FOLHAS	2,5 col de sopa	15 g		
	REPOLHO/ACELGA	2,5 col de sopa	15 g		
	PEPINO	1 col de sopa cheia	17 g		

CENTRAL DE ALIMENTAÇÃO - AV. José Cutrale Junior nº2 420 Jardim Sanderson − 3343-



NUTRICIONISTA RESPONSAVEL: DEBORA LETICIA MACHADO DE MORAI S DA SILVA CRN: 45721