

Observações						
OBSERVAÇÃO: O CÁLCULO DE CHO (CARBOIDRATO) POR ALIMENTO FOI FEITO COM BASE NA TABELA DE COMPOSIÇÃO DE ALIMENTOS (TACO).						
Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 30/06	Terça-Feira, 01/07	Quarta-Feira, 02/07	Quinta-Feira, 03/07	Sexta-Feira, 04/07	Sábado, 05/07
REGULAR MANHÃ		• SUCO POLPA DE ABACAXI DIET 200 ML CAR 8,06 • SANDUÍCHE NATURAL 100 G CAR 25,50	• SOPA DE ARROZ COM FRANGO, ABOBRINHA, BATATA E CENOURA 150 G CAR 27,89 • BANANA 130 G CAR 31,01	• SUCO POLPA DE GOIABA DIET 200 ML CAR 17,56 • PÃO DE AVEIA 50 G CAR 29,79 • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60 G CAR 1,00		RECESSO ESCOLAR
REGULAR TARDE		• SUCO POLPA DE ABACAXI DIET 200 ML CAR 8,06 • SANDUÍCHE NATURAL 100 G CAR 25,50	• SOPA DE ARROZ COM FRANGO, ABOBRINHA, BATATA E CENOURA 150 G CAR 27,89 • BANANA 130 G CAR 31,01	• SUCO POLPA DE GOIABA DIET 200 ML CAR 17,56 • PÃO DE AVEIA 50 G CAR 29,79 • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60 G CAR 1,00		RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 29,00 Lipídios (g): 10,04 Carboidrato (g): 93,87 Cálcio (mg): 119,18 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 179,59 Vitamina C (mg): 20,50 Energia (Kcal): 571,07					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 21/07	Terça-Feira, 22/07	Quarta-Feira, 23/07	Quinta-Feira, 24/07	Sexta-Feira, 25/07	Sábado, 26/07
REGULAR MANHÃ	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	• SUCO POLPA DE GOIABA DIET 200 ML CAR 17,56 • PÃO DE CENTEIO 50 G CAR 24,15 • HAMBÚRGUER DE FRANGO ASSADO 42 G CAR 1,06 • QUEIJO 20 G CAR 0,61	• SAGU DE UVA DIET 150 G CAR 19,64 • CREME DE LEITE DIET 20 G CAR 5,93 • MAÇÃ 100 G CAR 15,15	• SOPA DE ARROZ COM FRANGO, BATATA E CENOURA 150 G CAR 18,51 • CAQUI 120 G CAR 23,20	• CHÁ DE CAMOMILA DIET 190 ML CAR 0,14 • PÃO INTEGRAL FATIADO 50 G CAR 24,97 • QUEIJO 20 G CAR 0,61
REGULAR TARDE	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	• SUCO POLPA DE GOIABA DIET 200 ML CAR 17,56 • PÃO DE CENTEIO 50 G CAR 24,15 • HAMBÚRGUER DE FRANGO ASSADO 42 G CAR 1,06 • QUEIJO 20 G CAR 0,61	• SAGU DE UVA DIET 150 G CAR 19,64 • CREME DE LEITE DIET 20 G CAR 5,93 • MAÇÃ 100 G CAR 15,15	• SOPA DE ARROZ COM FRANGO, BATATA E CENOURA 150 G CAR 18,51 • CAQUI 120 G CAR 23,20	• CHÁ DE CAMOMILA DIET 190 ML CAR 0,14 • PÃO INTEGRAL FATIADO 50 G CAR 24,97 • QUEIJO 20 G CAR 0,61
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 21,89 Lipídios (g): 14,15 Carboidrato (g): 75,77 Cálcio (mg): 314,80 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 92,35 Vitamina C (mg): 27,21 Energia (Kcal): 503,78					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 28/07	Terça-Feira, 29/07	Quarta-Feira, 30/07	Quinta-Feira, 31/07	Sexta-Feira, 01/08	Sábado, 02/08
REGULAR MANHÃ	• SOPA DE FEIJÃO COM CARNE, BATATA E MACARRÃO 150 G CAR 23,83 • PONKAN 120 G CAR 11,53	• VITAMINA DE MORANGO DIET 180 ML CAR 13,30 • BOLO DE CHOCOLATE DIET 50 G CAR 33,46	• PURÊ DE BATATA 80 G CAR 33,93 • MOLHO DE CARNE E CENOURA 50 G CAR 1,46 • CAQUI 120 G CAR 23,20	• SUCO POLPA DE GOIABA DIET 200 ML CAR 17,56 • PÃO DE AVEIA 50 G CAR 29,79 • FRANGO PARA PÃO COM TOMATE 60 G CAR 1,42		
REGULAR TARDE	• SOPA DE FEIJÃO COM CARNE, BATATA E MACARRÃO 150 G CAR 23,83 • PONKAN 120 G CAR 11,53	• VITAMINA DE MORANGO DIET 180 ML CAR 13,30 • BOLO DE CHOCOLATE DIET 50 G CAR 33,46	• PURÊ DE BATATA 80 G CAR 33,93 • MOLHO DE CARNE E CENOURA 50 G CAR 1,46 • CAQUI 120 G CAR 23,20	• SUCO POLPA DE GOIABA DIET 200 ML CAR 17,56 • PÃO DE AVEIA 50 G CAR 29,79 • FRANGO PARA PÃO COM TOMATE 60 G CAR 1,42		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 38,40 Lipídios (g): 18,86 Carboidrato (g): 94,74 Cálcio (mg): 345,23 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 156,60 Vitamina C (mg): 76,30 Energia (Kcal): 691,63					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 29,83 Lipídios (g): 14,74 Carboidrato (g): 87,60 Cálcio (mg): 272,51 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 139,50 Vitamina C (mg): 43,23 Energia (Kcal): 590,44					

Observações						
OBSERVAÇÃO: O CÁLCULO DE CHO (CARBOIDRATO) POR ALIMENTO FOI FEITO COM BASE NA TABELA DE COMPOSIÇÃO DE ALIMENTOS (TACO).						
Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 30/06	Terça-Feira, 01/07	Quarta-Feira, 02/07	Quinta-Feira, 03/07	Sexta-Feira, 04/07	Sábado, 05/07
ALMOÇO		• ARROZ INTEGRAL 100 G CAR 32,71 • FEIJÃO PRETO 90 G CAR 14,90 • BIFE À MILANESA 100 G CAR 22,77 • CENOURA REFOGADA 30 G CAR 2,97 • SALADA DE TOMATE COM PEPINO 60 G CAR 3,41 • SAGU DE UVA DIET 100 G CAR 13,16	• ARROZ INTEGRAL 100 G CAR 32,71 • FEIJÃO CARIOCA 90 G CAR 15,51 • BOLINHO DE CARNE ASSADO 90 G CAR 4,30 • MACARRÃO PARAFUSO INTEGRAL AO SUGO 80 G CAR 42,62 • SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 40 G CAR 2,79 • PONKAN 80 G CAR 11,53	• ARROZ INTEGRAL 100 G CAR 32,71 • FEIJÃO PRETO 90 G CAR 14,90 • FRICASSÉ DE FRANGO 110 G CAR 7,14 • BATATA SALSA SAUTÉ 40 G CAR 16,82 • SALADA DE BETERRABA COZIDA 50 G CAR 8,92 • LARANJA 100 G CAR 8,95		RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 40,05 Lipídios (g): 16,05 Carboidrato (g): 96,27 Cálcio (mg): 119,18 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 205,68 Vitamina C (mg): 51,36 Energia (Kcal): 682,65					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 21/07	Terça-Feira, 22/07	Quarta-Feira, 23/07	Quinta-Feira, 24/07	Sexta-Feira, 25/07	Sábado, 26/07
ALMOÇO	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	• ARROZ INTEGRAL 100 G CAR 32,71 • FEIJÃO PRETO 90 G CAR 14,90 • STROGONOFF DE CARNE 110 G CAR 3,54 • BATATA PALHA 25 G CAR 3,23 • SALADA DE ALFACE 15 G CAR 0,39 • SALADA DE FRUTAS 100 G CAR 21,12	• ARROZ INTEGRAL 100 G CAR 32,71 • FEIJÃO CARIOCA 90 G CAR 15,51 • PEITO DE FRANGO À MILANESA 100 G CAR 19,77 • CHUCHU REFOGADO 50 G CAR 2,69 • SALADA DE TOMATE COM LIMÃO 60 G CAR 3,66 • CAQUI 120 G CAR 23,20	• ARROZ INTEGRAL 100 G CAR 32,71 • FEIJÃO PRETO 90 G CAR 14,90 • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 80 G CAR 0,43 • CREME DE MILHO 50 G CAR 11,26 • SALADA DE PEPINO COM CHEIRO VERDE 40 G CAR 1,41 • MELÃO 150 G CAR 13,78	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 40,25 Lipídios (g): 19,55 Carboidrato (g): 82,63 Cálcio (mg): 90,32 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 129,63 Vitamina C (mg): 48,15 Energia (Kcal): 660,20					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 28/07	Terça-Feira, 29/07	Quarta-Feira, 30/07	Quinta-Feira, 31/07	Sexta-Feira, 01/08	Sábado, 02/08
ALMOÇO	• ARROZ INTEGRAL 100 G CAR 32,71 • FEIJÃO CARIOCA 90 G CAR 15,51 • ALMÔNDEGAS DE FRANGO ASSADAS AO SUGO 100 G CAR 5,09 • FAROFA DE COUVE 30 G CAR 23,93 • SALADA DE BETERRABA RALADA 25 G CAR 3,28 • CREME DE MANGA DIET 90 G CAR 17,42	• ARROZ INTEGRAL 100 G CAR 32,71 • FEIJÃO PRETO 90 G CAR 14,90 • PICADINHO DE CARNE 100 G CAR 2,43 • CENOURA E CHUCHU REFOGADOS 40 G CAR 3,77 • SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 40 G CAR 2,79 • SALADA DE FRUTAS 100 G CAR 21,12	• ARROZ INTEGRAL 100 G CAR 32,71 • FEIJÃO CARIOCA 90 G CAR 15,51 • FRANGO ASSADO 110 G CAR 0,22 • ABOBRINHA REFOGADA COM TOMATE 35 G CAR 2,64 • SALADA DE COUVE-FLOR COM LIMÃO 30 G CAR 3,72 • LARANJA 100 G CAR 8,95	• ARROZ INTEGRAL 100 G CAR 32,71 • FEIJÃO PRETO 90 G CAR 14,90 • CARNE MOÍDA COM TOMATE E CHEIRO VERDE 100 G CAR 1,30 • MACARRÃO PARAFUSO INTEGRAL ALHO E ÓLEO 80 G CAR 31,09 • SALADA DE CENOURA RALADA COM LIMÃO 25 G CAR 2,16 • CAQUI 120 G CAR 23,20		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 40,19 Lipídios (g): 19,96 Carboidrato (g): 86,19 Cálcio (mg): 142,53 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 220,71 Vitamina C (mg): 62,15 Energia (Kcal): 675,68					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 40,17 Lipídios (g): 18,66 Carboidrato (g): 88,14 Cálcio (mg): 119,86 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 188,88 Vitamina C (mg): 54,71 Energia (Kcal): 673,13					

Observações						
OBSERVAÇÃO: O CÁLCULO DE CHO (CARBOIDRATO) POR ALIMENTO FOI FEITO COM BASE NA TABELA DE COMPOSIÇÃO DE ALIMENTOS (TACO).						
Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 30/06	Terça-Feira, 01/07	Quarta-Feira, 02/07	Quinta-Feira, 03/07	Sexta-Feira, 04/07	Sábado, 05/07
ALMOÇO		• ARROZ INTEGRAL 100 G CAR 32,71 • FEIJÃO PRETO 90 G CAR 14,90 • BOLINHO DE CARNE ASSADO 90 G CAR 4,30 • MACARRÃO PARAFUSO INTEGRAL AO SUGO 80 G CAR 42,62 • SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 40 G CAR 2,79 • PONKAN 80 G CAR 11,53	• ARROZ INTEGRAL 100 G CAR 32,71 • FEIJÃO CARIOCA 90 G CAR 15,51 • FRICASSÉ DE FRANGO 110 G CAR 7,14 • BATATA SALSA SAUTÉ 40 G CAR 16,82 • SALADA DE BETERRABA COZIDA 50 G CAR 8,92 • LARANJA 100 G CAR 8,95	• ARROZ INTEGRAL 100 G CAR 32,71 • FEIJÃO PRETO 90 G CAR 14,90 • BIFE À MILANESA 100 G CAR 22,77 • CENOURA REFOGADA 30 G CAR 2,97 • SALADA DE TOMATE COM PEPINO 60 G CAR 3,41 • SAGU DE UVA DIET 100 G CAR 13,16		RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 40,05 Lipídios (g): 16,05 Carboidrato (g): 96,27 Cálcio (mg): 119,18 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 205,68 Vitamina C (mg): 51,36 Energia (Kcal): 682,65					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 21/07	Terça-Feira, 22/07	Quarta-Feira, 23/07	Quinta-Feira, 24/07	Sexta-Feira, 25/07	Sábado, 26/07
ALMOÇO	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	• ARROZ INTEGRAL 100 G CAR 32,71 • FEIJÃO PRETO 90 G CAR 14,90 • PEITO DE FRANGO À MILANESA 100 G CAR 19,77 • CHUCHU REFOGADO 50 G CAR 2,69 • SALADA DE TOMATE COM LIMÃO 60 G CAR 3,66 • CAQUI 120 G CAR 23,20	• ARROZ INTEGRAL 100 G CAR 32,71 • FEIJÃO CARIOCA 90 G CAR 15,51 • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 80 G CAR 0,43 • CREME DE MILHO 50 G CAR 11,26 • SALADA DE PEPINO COM CHEIRO VERDE 40 G CAR 1,41 • SALADA DE FRUTAS 100 G CAR 21,12	• ARROZ INTEGRAL 100 G CAR 32,71 • FEIJÃO PRETO 90 G CAR 14,90 • STROGONOFF DE CARNE 110 G CAR 3,54 • BATATA PALHA 25 G CAR 3,23 • SALADA DE ALFACE 15 G CAR 0,39 • LARANJA 100 G CAR 8,95	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 40,19 Lipídios (g): 19,59 Carboidrato (g): 81,02 Cálcio (mg): 95,87 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 59,54 Vitamina C (mg): 60,76 Energia (Kcal): 654,54					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 28/07	Terça-Feira, 29/07	Quarta-Feira, 30/07	Quinta-Feira, 31/07	Sexta-Feira, 01/08	Sábado, 02/08
ALMOÇO	• ARROZ INTEGRAL 100 G CAR 32,71 • FEIJÃO CARIOCA 90 G CAR 15,51 • FRANGO ASSADO 110 G CAR 0,22 • ABOBRINHA REFOGADA COM TOMATE 35 G CAR 2,64 • SALADA DE COUVE-FLOR COM LIMÃO 30 G CAR 3,72 • LARANJA 100 G CAR 8,95	• ARROZ INTEGRAL 100 G CAR 32,71 • FEIJÃO PRETO 90 G CAR 14,90 • CARNE MOÍDA COM TOMATE E CHEIRO VERDE 100 G CAR 1,30 • MACARRÃO PARAFUSO INTEGRAL ALHO E ÓLEO 80 G CAR 31,09 • SALADA DE CENOURA RALADA COM LIMÃO 25 G CAR 2,16 • CAQUI 120 G CAR 23,20	• ARROZ INTEGRAL 100 G CAR 32,71 • FEIJÃO CARIOCA 90 G CAR 15,51 • PICADINHO DE CARNE 100 G CAR 2,43 • CENOURA E CHUCHU REFOGADOS 40 G CAR 3,77 • SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 40 G CAR 2,79 • SALADA DE FRUTAS 100 G CAR 21,12	• ARROZ INTEGRAL 100 G CAR 32,71 • FEIJÃO PRETO 90 G CAR 14,90 • FRANGO AO MOLHO 110 G CAR 1,66 • BATATA DOCE ASSADA 50 G CAR 22,56 • SALADA DE ALFACE COM TOMATE 25 G CAR 1,22 • BANANA 130 G CAR 31,01		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 39,94 Lipídios (g): 21,13 Carboidrato (g): 87,87 Cálcio (mg): 90,44 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 923,88 Vitamina C (mg): 60,35 Energia (Kcal): 691,70					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 40,05 Lipídios (g): 19,15 Carboidrato (g): 88,33 Cálcio (mg): 100,69 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 449,12 Vitamina C (mg): 57,78 Energia (Kcal): 677,84					

Observações						
OBSERVAÇÃO: O CÁLCULO DE CHO (CARBOIDRATO) POR ALIMENTO FOI FEITO COM BASE NA TABELA DE COMPOSIÇÃO DE ALIMENTOS (TACO).						
Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 30/06	Terça-Feira, 01/07	Quarta-Feira, 02/07	Quinta-Feira, 03/07	Sexta-Feira, 04/07	Sábado, 05/07
ALMOÇO		• ARROZ INTEGRAL 100 G CAR 32,71 • FEIJÃO PRETO 90 G CAR 14,90 • FRICASSÉ DE FRANGO 110 G CAR 7,14 • BATATA SALSA SAUTÉ 40 G CAR 16,82 • SALADA DE BETERRABA COZIDA 50 G CAR 8,92 • LARANJA 100 G CAR 8,95	• ARROZ INTEGRAL 100 G CAR 32,71 • FEIJÃO CARIOCA 90 G CAR 15,51 • BIFE À MILANESA 100 G CAR 22,77 • AIPIM COM MOLHO 80 G CAR 50,55 • SALADA DE TOMATE COM PEPINO 60 G CAR 3,41 • SAGU DE UVA DIET 100 G CAR 13,16	• ARROZ INTEGRAL 100 G CAR 32,71 • FEIJÃO PRETO 90 G CAR 14,90 • BOLINHO DE CARNE ASSADO 90 G CAR 4,30 • MACARRÃO PARAFUSO INTEGRAL AO SUGO 80 G CAR 42,62 • SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 40 G CAR 2,79 • PONKAN 80 G CAR 11,53		RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 40,42 Lipídios (g): 15,91 Carboidrato (g): 112,12 Cálcio (mg): 122,49 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 60,47 Vitamina C (mg): 58,64 Energia (Kcal): 744,75					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 21/07	Terça-Feira, 22/07	Quarta-Feira, 23/07	Quinta-Feira, 24/07	Sexta-Feira, 25/07	Sábado, 26/07
ALMOÇO	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	• ARROZ INTEGRAL 100 G CAR 32,71 • FEIJÃO PRETO 90 G CAR 14,90 • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 80 G CAR 0,43 • CREME DE MILHO 50 G CAR 11,26 • SALADA DE PEPINO COM CHEIRO VERDE 40 G CAR 1,41 • MELÃO 150 G CAR 13,78	• ARROZ INTEGRAL 100 G CAR 32,71 • FEIJÃO CARIOCA 90 G CAR 15,51 • STROGONOFF DE CARNE 110 G CAR 3,54 • BATATA PALHA 25 G CAR 3,23 • SALADA DE ALFACE 15 G CAR 0,39 • SALADA DE FRUTAS 100 G CAR 21,12	• ARROZ INTEGRAL 100 G CAR 32,71 • FEIJÃO PRETO 90 G CAR 14,90 • PEITO DE FRANGO À MILANESA 100 G CAR 19,77 • CHUCHU REFOGADO 50 G CAR 2,69 • SALADA DE TOMATE COM LIMÃO 60 G CAR 3,66 • CAQUI 120 G CAR 23,20	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 40,25 Lipídios (g): 19,55 Carboidrato (g): 82,63 Cálcio (mg): 90,32 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 129,63 Vitamina C (mg): 48,15 Energia (Kcal): 660,20					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 28/07	Terça-Feira, 29/07	Quarta-Feira, 30/07	Quinta-Feira, 31/07	Sexta-Feira, 01/08	Sábado, 02/08
ALMOÇO	• ARROZ INTEGRAL 100 G CAR 32,71 • FEIJÃO CARIOCA 90 G CAR 15,51 • BATATA DOCE ASSADA 50 G CAR 22,56 • SALADA DE ALFACE COM TOMATE 25 G CAR 1,22 • BANANA 130 G CAR 31,01 • FRANGO AO MOLHO 110 G CAR 1,66	• ARROZ INTEGRAL 100 G CAR 32,71 • FEIJÃO PRETO 90 G CAR 14,90 • FRANGO ASSADO 110 G CAR 0,22 • ABOBRINHA REFOGADA COM TOMATE 35 G CAR 2,64 • SALADA DE COUVE-FLOR COM LIMÃO 30 G CAR 3,72 • LARANJA 100 G CAR 8,95	• ARROZ INTEGRAL 100 G CAR 32,71 • FEIJÃO CARIOCA 90 G CAR 15,51 • CARNE MOÍDA COM TOMATE E CHEIRO VERDE 100 G CAR 1,30 • MACARRÃO PARAFUSO INTEGRAL ALHO E ÓLEO 80 G CAR 31,09 • SALADA DE CENOURA RALADA COM LIMÃO 25 G CAR 2,16 • CAQUI 120 G CAR 23,20	• ARROZ INTEGRAL 100 G CAR 32,71 • FEIJÃO PRETO 90 G CAR 14,90 • ALMÔNDegas DE FRANGO ASSADAS AO SUGO 100 G CAR 5,09 • FAROFA DE COUVE 30 G CAR 23,93 • SALADA DE BETERRABA COM LIMÃO 50 G CAR 9,55 • CREME DE MANGA DIET 90 G CAR 17,42		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 40,24 Lipídios (g): 24,95 Carboidrato (g): 94,34 Cálcio (mg): 141,21 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 878,89 Vitamina C (mg): 49,49 Energia (Kcal): 751,54					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 40,30 Lipídios (g): 20,62 Carboidrato (g): 96,16 Cálcio (mg): 120,33 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 408,59 Vitamina C (mg): 51,83 Energia (Kcal): 722,10					

Observações						
OBSERVAÇÃO: O CÁLCULO DE CHO (CARBOIDRATO) POR ALIMENTO FOI FEITO COM BASE NA TABELA DE COMPOSIÇÃO DE ALIMENTOS (TACO).						
Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 30/06	Terça-Feira, 01/07	Quarta-Feira, 02/07	Quinta-Feira, 03/07	Sexta-Feira, 04/07	Sábado, 05/07
ALMOÇO		• ARROZ INTEGRAL 100 G CAR 32,71 • FEIJÃO PRETO 90 G CAR 14,90 • FRANGO AO MOLHO 110 G CAR 1,66 • CHUCHU REFOGADO 50 G CAR 2,69 • SALADA DE AGRIÃO COM TOMATE 20 G CAR 0,79 • SAGU DE UVA DIET 100 G CAR 13,16	• ARROZ INTEGRAL 100 G CAR 32,71 • FEIJÃO CARIOCA 90 G CAR 15,51 • CARNE MOÍDA COM TOMATE E CHEIRO VERDE 100 G CAR 1,30 • MACARRÃO PARAFUSO INTEGRAL AO SUGO 80 G CAR 42,62 • SALADA DE TOMATE COM PEPINO 60 G CAR 3,41 • SALADA DE FRUTAS SEM ABACAXI 100 G CAR 28,48	• ARROZ INTEGRAL 100 G CAR 32,71 • FEIJÃO PRETO 90 G CAR 14,90 • ALMÔNDegas DE CARNE ASSADAS AO SUGO 100 G CAR 5,09 • BATATA SALSA SAUTÉ 40 G CAR 16,82 • SALADA DE BETERRABA COZIDA 50 G CAR 8,92 • MAÇÃ 100 G CAR 15,15		RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 39,21 Lipídios (g): 19,22 Carboidrato (g): 94,50 Cálcio (mg): 86,05 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 110,47 Vitamina C (mg): 31,20 Energia (Kcal): 694,36					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 21/07	Terça-Feira, 22/07	Quarta-Feira, 23/07	Quinta-Feira, 24/07	Sexta-Feira, 25/07	Sábado, 26/07
ALMOÇO	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	• ARROZ INTEGRAL 100 G CAR 32,71 • FEIJÃO PRETO 90 G CAR 14,90 • STROGONOFF DE CARNE 110 G CAR 3,54 • BATATA PALHA 25 G CAR 3,23 • SALADA DE ALFACE 15 G CAR 0,39 • SALADA DE FRUTAS SEM ABACAXI 100 G CAR 28,48	• ARROZ INTEGRAL 100 G CAR 32,71 • FEIJÃO CARIOCA 90 G CAR 15,51 • PEITO DE FRANGO À MILANESA 100 G CAR 19,77 • CHUCHU REFOGADO 50 G CAR 2,69 • SALADA DE TOMATE COM LIMÃO 60 G CAR 3,66 • CREME DE GOIABA DIET 90 G CAR 20,44	• ARROZ INTEGRAL 100 G CAR 32,71 • FEIJÃO PRETO 90 G CAR 14,90 • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 80 G CAR 0,43 • CREME DE MILHO 50 G CAR 11,26 • SALADA DE PEPINO COM CHEIRO VERDE 40 G CAR 1,41 • MELÃO 150 G CAR 13,78	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 42,28 Lipídios (g): 21,58 Carboidrato (g): 84,16 Cálcio (mg): 145,18 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 158,98 Vitamina C (mg): 29,80 Energia (Kcal): 692,81					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 28/07	Terça-Feira, 29/07	Quarta-Feira, 30/07	Quinta-Feira, 31/07	Sexta-Feira, 01/08	Sábado, 02/08
ALMOÇO	• ARROZ INTEGRAL 100 G CAR 32,71 • FEIJÃO CARIOCA 90 G CAR 15,51 • ALMÔNDEGAS DE FRANGO ASSADAS AO SUGO 100 G CAR 5,09 • FAROFA DE COUVE 30 G CAR 23,93 • SALADA DE BETERRABA RALADA 25 G CAR 3,28 • CREME DE MANGA DIET 90 G CAR 17,42	• ARROZ INTEGRAL 100 G CAR 32,71 • FEIJÃO PRETO 90 G CAR 14,90 • PICADINHO DE CARNE 100 G CAR 2,43 • CENOURA E CHUCHU REFOGADOS 40 G CAR 3,77 • SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 40 G CAR 2,79 • SALADA DE FRUTAS SEM ABACAXI 100 G CAR 28,48	• ARROZ INTEGRAL 100 G CAR 32,71 • FEIJÃO CARIOCA 90 G CAR 15,51 • ISCAS DE FRANGO AO SUGO 110 G CAR 1,66 • ABOBRINHA REFOGADA COM TOMATE 35 G CAR 2,64 • SALADA DE COUVE-FLOR COM LIMÃO 30 G CAR 3,72 • BANANA 130 G CAR 31,01	• ARROZ INTEGRAL 100 G CAR 32,71 • FEIJÃO PRETO 90 G CAR 14,90 • CARNE MOÍDA COM TOMATE E CHEIRO VERDE 100 G CAR 1,30 • MACARRÃO PARAFUSO INTEGRAL ALHO E ÓLEO 80 G CAR 31,09 • SALADA DE CENOURA RALADA COM LIMÃO 25 G CAR 2,16 • MAÇÃ 100 G CAR 15,15		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 41,40 Lipídios (g): 14,53 Carboidrato (g): 91,89 Cálcio (mg): 130,61 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 226,05 Vitamina C (mg): 38,11 Energia (Kcal): 651,03					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 41,01 Lipídios (g): 18,05 Carboidrato (g): 90,35 Cálcio (mg): 121,61 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 171,25 Vitamina C (mg): 33,55 Energia (Kcal): 676,56					

Observações						
OBSERVAÇÃO: O CÁLCULO DE CHO (CARBOIDRATO) POR ALIMENTO FOI FEITO COM BASE NA TABELA DE COMPOSIÇÃO DE ALIMENTOS (TACO).						
Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 30/06	Terça-Feira, 01/07	Quarta-Feira, 02/07	Quinta-Feira, 03/07	Sexta-Feira, 04/07	Sábado, 05/07
REGULAR MANHÃ		● SOPA DE ARROZ COM FRANGO, ABOBRINHA, BATATA E CENOURA 150 G CAR 27,89 ● BANANA 130 G CAR 31,01	● SUCO POLPA DE GOIABA DIET 200 ML CAR 17,56 ● PÃO DE AVEIA 50 G CAR 29,79 ● CARNE MOÍDA PARA PÃO 60 G CAR 1,00	● SUCO POLPA DE ABACAXI DIET 200 ML CAR 8,06 ● SANDUÍCHE NATURAL 100 G CAR 25,50		RECESSO ESCOLAR
REGULAR TARDE		● SOPA DE ARROZ COM FRANGO, ABOBRINHA, BATATA E CENOURA 150 G CAR 27,89 ● BANANA 130 G CAR 31,01	● SUCO POLPA DE GOIABA DIET 200 ML CAR 17,56 ● PÃO DE AVEIA 50 G CAR 29,79 ● CARNE MOÍDA PARA PÃO 60 G CAR 1,00	● SUCO POLPA DE ABACAXI DIET 200 ML CAR 8,06 ● SANDUÍCHE NATURAL 100 G CAR 25,50		RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 29,00 Lipídios (g): 10,04 Carboidrato (g): 93,87 Cálcio (mg): 119,18 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 179,59 Vitamina C (mg): 20,50 Energia (Kcal): 571,07					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 21/07	Terça-Feira, 22/07	Quarta-Feira, 23/07	Quinta-Feira, 24/07	Sexta-Feira, 25/07	Sábado, 26/07
REGULAR MANHÃ	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	• SAGU DE UVA DIET 150 G CAR 19,64 • CREME DE LEITE DIET 20 G CAR 5,93 • MAÇÃ 100 G CAR 15,15	• SOPA DE ARROZ COM FRANGO, BATATA E CENOURA 150 G CAR 18,51 • CAQUI 120 G CAR 23,20	• SUCO POLPA DE GOIABA DIET 200 ML CAR 17,56 • PÃO DE CENTEIO 50 G CAR 24,15 • HAMBÚRGUER DE FRANGO ASSADO 42 G CAR 1,06 • QUEIJO 20 G CAR 0,61	• CHÁ DE CAMOMILA DIET 190 ML CAR 0,14 • PÃO INTEGRAL FATIADO 50 G CAR 24,97 • QUEIJO 20 G CAR 0,61
REGULAR TARDE	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	• SAGU DE UVA DIET 150 G CAR 19,64 • CREME DE LEITE DIET 20 G CAR 5,93 • MAÇÃ 100 G CAR 15,15	• SOPA DE ARROZ COM FRANGO, BATATA E CENOURA 150 G CAR 18,51 • CAQUI 120 G CAR 23,20	• SUCO POLPA DE GOIABA DIET 200 ML CAR 17,56 • PÃO DE CENTEIO 50 G CAR 24,15 • HAMBÚRGUER DE FRANGO ASSADO 42 G CAR 1,06 • QUEIJO 20 G CAR 0,61	• CHÁ DE CAMOMILA DIET 190 ML CAR 0,14 • PÃO INTEGRAL FATIADO 50 G CAR 24,97 • QUEIJO 20 G CAR 0,61
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 21,89 Lipídios (g): 14,15 Carboidrato (g): 75,77 Cálcio (mg): 314,80 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 92,35 Vitamina C (mg): 27,21 Energia (Kcal): 503,78					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 28/07	Terça-Feira, 29/07	Quarta-Feira, 30/07	Quinta-Feira, 31/07	Sexta-Feira, 01/08	Sábado, 02/08
REGULAR MANHÃ	• PURÊ DE BATATA 80 G CAR 33,93 • MOLHO DE CARNE E CENOURA 50 G CAR 1,46 • CAQUI 120 G CAR 23,20	• SUCO POLPA DE ABACAXI DIET 200 ML CAR 8,06 • PÃO DE AVEIA 50 G CAR 29,79 • FRANGO PARA PÃO COM TOMATE 60 G CAR 1,42	• SOPA DE FEIJÃO COM CARNE, BATATA E MACARRÃO 150 G CAR 23,83 • PONKAN 120 G CAR 11,53	• RISOTO INTEGRAL DE CARNE E BRÓCOLIS 150 G CAR 23,74 • BANANA 130 G CAR 31,01		
REGULAR TARDE	• PURÊ DE BATATA 80 G CAR 33,93 • MOLHO DE CARNE E CENOURA 50 G CAR 1,46 • CAQUI 120 G CAR 23,20	• SUCO POLPA DE ABACAXI DIET 200 ML CAR 8,06 • PÃO DE AVEIA 50 G CAR 29,79 • FRANGO PARA PÃO COM TOMATE 60 G CAR 1,42	• SOPA DE FEIJÃO COM CARNE, BATATA E MACARRÃO 150 G CAR 23,83 • PONKAN 120 G CAR 11,53	• RISOTO INTEGRAL DE CARNE E BRÓCOLIS 150 G CAR 23,74 • BANANA 130 G CAR 31,01		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 38,98 Lipídios (g): 12,02 Carboidrato (g): 93,98 Cálcio (mg): 213,49 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 170,40 Vitamina C (mg): 88,22 Energia (Kcal): 627,99					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 30,04 Lipídios (g): 12,26 Carboidrato (g): 87,33 Cálcio (mg): 224,61 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 144,52 Vitamina C (mg): 47,56 Energia (Kcal): 567,30					

Observações						
OBSERVAÇÃO: O CÁLCULO DE CHO (CARBOIDRATO) POR ALIMENTO FOI FEITO COM BASE NA TABELA DE COMPOSIÇÃO DE ALIMENTOS (TACO).						
Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 30/06	Terça-Feira, 01/07	Quarta-Feira, 02/07	Quinta-Feira, 03/07	Sexta-Feira, 04/07	Sábado, 05/07
REGULAR MANHÃ		• SOPA DE ARROZ COM FRANGO, ABOBRINHA, BATATA E CENOURA 150 G CAR 27,89 • BANANA 130 G CAR 31,01	• SUCO POLPA DE GOIABA DIET 200 ML CAR 17,56 • PÃO DE AVEIA 50 G CAR 29,79 • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60 G CAR 1,00	• SUCO POLPA DE ABACAXI DIET 200 ML CAR 8,06 • SANDUÍCHE NATURAL 100 G CAR 25,50		RECESSO ESCOLAR
REGULAR TARDE		• SOPA DE ARROZ COM FRANGO, ABOBRINHA, BATATA E CENOURA 150 G CAR 27,89 • BANANA 130 G CAR 31,01	• SUCO POLPA DE GOIABA DIET 200 ML CAR 17,56 • PÃO DE AVEIA 50 G CAR 29,79 • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60 G CAR 1,00	• SUCO POLPA DE ABACAXI DIET 200 ML CAR 8,06 • SANDUÍCHE NATURAL 100 G CAR 25,50		RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 29,00 Lipídios (g): 10,04 Carboidrato (g): 93,87 Cálcio (mg): 119,18 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 179,59 Vitamina C (mg): 20,50 Energia (Kcal): 571,07					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 21/07	Terça-Feira, 22/07	Quarta-Feira, 23/07	Quinta-Feira, 24/07	Sexta-Feira, 25/07	Sábado, 26/07
REGULAR MANHÃ	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	• SAGU DE UVA DIET 150 G CAR 19,64 • CREME DE LEITE DIET 20 G CAR 5,93 • MAÇÃ 100 G CAR 15,15	• SOPA DE ARROZ COM FRANGO, BATATA E CENOURA 150 G CAR 18,51 • CAQUI 120 G CAR 23,20	• SUCO POLPA DE GOIABA DIET 200 ML CAR 17,56 • PÃO DE CENTEIO 50 G CAR 24,15 • HAMBÚRGUER DE FRANGO ASSADO 42 G CAR 1,06 • QUEIJO 20 G CAR 0,61	• CHÁ DE CAMOMILA DIET 190 ML CAR 0,14 • PÃO INTEGRAL FATIADO 50 G CAR 24,97 • QUEIJO 20 G CAR 0,61
REGULAR TARDE	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	• SAGU DE UVA DIET 150 G CAR 19,64 • CREME DE LEITE DIET 20 G CAR 5,93 • MAÇÃ 100 G CAR 15,15	• SOPA DE ARROZ COM FRANGO, BATATA E CENOURA 150 G CAR 18,51 • CAQUI 120 G CAR 23,20	• SUCO POLPA DE GOIABA DIET 200 ML CAR 17,56 • PÃO DE CENTEIO 50 G CAR 24,15 • HAMBÚRGUER DE FRANGO ASSADO 42 G CAR 1,06 • QUEIJO 20 G CAR 0,61	• CHÁ DE CAMOMILA DIET 190 ML CAR 0,14 • PÃO INTEGRAL FATIADO 50 G CAR 24,97 • QUEIJO 20 G CAR 0,61
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 21,89 Lipídios (g): 14,15 Carboidrato (g): 75,77 Cálcio (mg): 314,80 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 92,35 Vitamina C (mg): 27,21 Energia (Kcal): 503,78					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 28/07	Terça-Feira, 29/07	Quarta-Feira, 30/07	Quinta-Feira, 31/07	Sexta-Feira, 01/08	Sábado, 02/08
REGULAR MANHÃ	• PURÊ DE BATATA 80 G CAR 33,93 • MOLHO DE CARNE E CENOURA 50 G CAR 1,46 • CAQUI 120 G CAR 23,20	• SUCO POLPA DE ABACAXI DIET 200 ML CAR 8,06 • PÃO DE AVEIA 50 G CAR 29,79 • FRANGO PARA PÃO COM TOMATE 60 G CAR 1,42	• SOPA DE FEIJÃO COM CARNE, BATATA E MACARRÃO 150 G CAR 23,83 • PONKAN 120 G CAR 11,53	• RISOTO INTEGRAL DE CARNE E BRÓCOLIS 150 G CAR 23,74 • BANANA 130 G CAR 31,01		
REGULAR TARDE	• PURÊ DE BATATA 80 G CAR 33,93 • MOLHO DE CARNE E CENOURA 50 G CAR 1,46 • CAQUI 120 G CAR 23,20	• SUCO POLPA DE ABACAXI DIET 200 ML CAR 8,06 • PÃO DE AVEIA 50 G CAR 29,79 • FRANGO PARA PÃO COM TOMATE 60 G CAR 1,42	• SOPA DE FEIJÃO COM CARNE, BATATA E MACARRÃO 150 G CAR 23,83 • PONKAN 120 G CAR 11,53	• RISOTO INTEGRAL DE CARNE E BRÓCOLIS 150 G CAR 23,74 • BANANA 130 G CAR 31,01		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 38,98 Lipídios (g): 12,02 Carboidrato (g): 93,98 Cálcio (mg): 213,49 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 170,40 Vitamina C (mg): 88,22 Energia (Kcal): 627,99					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 30,04 Lipídios (g): 12,26 Carboidrato (g): 87,33 Cálcio (mg): 224,61 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 144,52 Vitamina C (mg): 47,56 Energia (Kcal): 567,30					

Observações						
OBSERVAÇÃO: O CÁLCULO DE CHO (CARBOIDRATO) POR ALIMENTO FOI FEITO COM BASE NA TABELA DE COMPOSIÇÃO DE ALIMENTOS (TACO).						
Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 30/06	Terça-Feira, 01/07	Quarta-Feira, 02/07	Quinta-Feira, 03/07	Sexta-Feira, 04/07	Sábado, 05/07
REGULAR MANHÃ		• SUCO POLPA DE ABACAXI DIET 200 ML CAR 8,06 • SANDUÍCHE NATURAL 100 G CAR 25,50	• SOPA DE ARROZ COM FRANGO, ABOBRINHA, BATATA E CENOURA 150 G CAR 27,89 • BANANA 130 G CAR 31,01	• SUCO POLPA DE GOIABA DIET 200 ML CAR 17,56 • PÃO DE AVEIA 50 G CAR 29,79 • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60 G CAR 1,00		RECESSO ESCOLAR
REGULAR TARDE		• SUCO POLPA DE ABACAXI DIET 200 ML CAR 8,06 • SANDUÍCHE NATURAL 100 G CAR 25,50	• SOPA DE ARROZ COM FRANGO, ABOBRINHA, BATATA E CENOURA 150 G CAR 27,89 • BANANA 130 G CAR 31,01	• SUCO POLPA DE GOIABA DIET 200 ML CAR 17,56 • PÃO DE AVEIA 50 G CAR 29,79 • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60 G CAR 1,00		RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 29,00 Lipídios (g): 10,04 Carboidrato (g): 93,87 Cálcio (mg): 119,18 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 179,59 Vitamina C (mg): 20,50 Energia (Kcal): 571,07					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 21/07	Terça-Feira, 22/07	Quarta-Feira, 23/07	Quinta-Feira, 24/07	Sexta-Feira, 25/07	Sábado, 26/07
REGULAR MANHÃ	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	• SUCO POLPA DE GOIABA DIET 200 ML CAR 17,56 • PÃO DE CENTEIO 50 G CAR 24,15 • HAMBÚRGUER DE FRANGO ASSADO 42 G CAR 1,06 • QUEIJO 20 G CAR 0,61	• SAGU DE UVA DIET 150 G CAR 19,64 • CREME DE LEITE DIET 20 G CAR 5,93 • MAÇÃ 100 G CAR 15,15	• SOPA DE ARROZ COM FRANGO, BATATA E CENOURA 150 G CAR 18,51 • CAQUI 120 G CAR 23,20	• CHÁ DE CAMOMILA DIET 190 ML CAR 0,14 • PÃO INTEGRAL FATIADO 50 G CAR 24,97 • QUEIJO 20 G CAR 0,61
REGULAR TARDE	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	• SUCO POLPA DE GOIABA DIET 200 ML CAR 17,56 • PÃO DE CENTEIO 50 G CAR 24,15 • HAMBÚRGUER DE FRANGO ASSADO 42 G CAR 1,06 • QUEIJO 20 G CAR 0,61	• SAGU DE UVA DIET 150 G CAR 19,64 • CREME DE LEITE DIET 20 G CAR 5,93 • MAÇÃ 100 G CAR 15,15	• SOPA DE ARROZ COM FRANGO, BATATA E CENOURA 150 G CAR 18,51 • CAQUI 120 G CAR 23,20	• CHÁ DE CAMOMILA DIET 190 ML CAR 0,14 • PÃO INTEGRAL FATIADO 50 G CAR 24,97 • QUEIJO 20 G CAR 0,61
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 21,89 Lipídios (g): 14,15 Carboidrato (g): 75,77 Cálcio (mg): 314,80 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 92,35 Vitamina C (mg): 27,21 Energia (Kcal): 503,78					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 28/07	Terça-Feira, 29/07	Quarta-Feira, 30/07	Quinta-Feira, 31/07	Sexta-Feira, 01/08	Sábado, 02/08
REGULAR MANHÃ	• SOPA DE FEIJÃO COM CARNE, BATATA E MACARRÃO 150 G CAR 23,83 • PONKAN 120 G CAR 11,53	• VITAMINA DE MORANGO DIET 180 ML CAR 13,30 • BOLO DE CHOCOLATE DIET 50 G CAR 33,46	• PURÊ DE BATATA 80 G CAR 33,93 • MOLHO DE CARNE E CENOURA 50 G CAR 1,46 • CAQUI 120 G CAR 23,20	• SUCO POLPA DE GOIABA DIET 200 ML CAR 17,56 • PÃO DE AVEIA 50 G CAR 29,79 • FRANGO PARA PÃO COM TOMATE 60 G CAR 1,42		
REGULAR TARDE	• SOPA DE FEIJÃO COM CARNE, BATATA E MACARRÃO 150 G CAR 23,83 • PONKAN 120 G CAR 11,53	• VITAMINA DE MORANGO DIET 180 ML CAR 13,30 • BOLO DE CHOCOLATE DIET 50 G CAR 33,46	• PURÊ DE BATATA 80 G CAR 33,93 • MOLHO DE CARNE E CENOURA 50 G CAR 1,46 • CAQUI 120 G CAR 23,20	• SUCO POLPA DE GOIABA DIET 200 ML CAR 17,56 • PÃO DE AVEIA 50 G CAR 29,79 • FRANGO PARA PÃO COM TOMATE 60 G CAR 1,42		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 38,40 Lipídios (g): 18,86 Carboidrato (g): 94,74 Cálcio (mg): 345,23 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 156,60 Vitamina C (mg): 76,30 Energia (Kcal): 691,63					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 29,83 Lipídios (g): 14,74 Carboidrato (g): 87,60 Cálcio (mg): 272,51 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 139,50 Vitamina C (mg): 43,23 Energia (Kcal): 590,44					

Observações						
OBSERVAÇÃO: O CÁLCULO DE CHO (CARBOIDRATO) POR ALIMENTO FOI FEITO COM BASE NA TABELA DE COMPOSIÇÃO DE ALIMENTOS (TACO).						
Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 30/06	Terça-Feira, 01/07	Quarta-Feira, 02/07	Quinta-Feira, 03/07	Sexta-Feira, 04/07	Sábado, 05/07
INTEGRAL MANHÃ		• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ DIET 190 ML CAR 16,23 • FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50 G CAR 43,33 • CAQUI 120 G CAR 23,20	• CHÁ DE CAMOMILA DIET 190 ML CAR 0,14 • PÃO INTEGRAL FATIADO 50 G CAR 24,97 • QUEIJO 20 G CAR 0,61 • MAÇÃ 100 G CAR 15,15	• LEITE COM AROMA DE COCO DIET 190 ML CAR 8,73 • BOLO DE CENOURA DIET 50 G CAR 25,00		RECESSO ESCOLAR
INTEGRAL TARDE		• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ DIET 190 ML CAR 16,23 • FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50 G CAR 43,33 • CAQUI 120 G CAR 23,20	• CHÁ DE CAMOMILA DIET 190 ML CAR 0,14 • PÃO INTEGRAL FATIADO 50 G CAR 24,97 • QUEIJO 20 G CAR 0,61 • MAÇÃ 100 G CAR 15,15	• LEITE COM AROMA DE COCO DIET 190 ML CAR 8,73 • BOLO DE CENOURA DIET 50 G CAR 25,00		RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 21,89 Lipídios (g): 20,76 Carboidrato (g): 104,90 Cálcio (mg): 518,99 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 215,88 Vitamina C (mg): 25,70 Energia (Kcal): 673,85					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 21/07	Terça-Feira, 22/07	Quarta-Feira, 23/07	Quinta-Feira, 24/07	Sexta-Feira, 25/07	Sábado, 26/07
INTEGRAL MANHÃ	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	• CHÁ DE HORTELÃ DIET 190 ML CAR 0,14 • CHINEQUE DE UVA DIET 60 G CAR 34,02 • BANANA 130 G CAR 31,01	• VITAMINA DE MORANGO DIET 180 ML CAR 13,30 • PÃO DE AVEIA 50 G CAR 29,79 • MANTEIGA 10 G CAR 0,01	• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ DIET 190 ML CAR 16,23 • PÃO DE CENTEIO 50 G CAR 24,15 • QUEIJO 20 G CAR 0,61	• CHÁ DE CAMOMILA DIET 190 ML CAR 0,14 • PÃO INTEGRAL FATIADO 50 G CAR 24,97 • QUEIJO 20 G CAR 0,61
INTEGRAL TARDE	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	• CHÁ DE HORTELÃ DIET 190 ML CAR 0,14 • CHINEQUE DE UVA DIET 60 G CAR 34,02 • BANANA 130 G CAR 31,01	• VITAMINA DE MORANGO DIET 180 ML CAR 13,30 • PÃO DE AVEIA 50 G CAR 29,79 • MANTEIGA 10 G CAR 0,01	• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ DIET 190 ML CAR 16,23 • PÃO DE CENTEIO 50 G CAR 24,15 • QUEIJO 20 G CAR 0,61	• CHÁ DE CAMOMILA DIET 190 ML CAR 0,14 • PÃO INTEGRAL FATIADO 50 G CAR 24,97 • QUEIJO 20 G CAR 0,61
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 21,77 Lipídios (g): 21,26 Carboidrato (g): 87,48 Cálcio (mg): 460,91 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 173,83 Vitamina C (mg): 3,91 Energia (Kcal): 609,51					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 28/07	Terça-Feira, 29/07	Quarta-Feira, 30/07	Quinta-Feira, 31/07	Sexta-Feira, 01/08	Sábado, 02/08
INTEGRAL MANHÃ	• LEITE COM AROMA DE COCO DIET 190 ML CAR 8,73 • PÃO DE CENTEIO 50 G CAR 24,15 • REQUEIJÃO CREMOSO 15 G CAR 0,36	• CHÁ DE CAMOMILA DIET 190 ML CAR 0,14 • BOLO DE ABACAXI E CANELA DIET 50 G CAR 27,41 • MAMÃO FATIADO 85 G CAR 12,13	• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ DIET 190 ML CAR 16,23 • PÃO DE CENTEIO 50 G CAR 24,15 • MANTEIGA 10 G CAR 0,01	• IOGURTE DE MORANGO DIET 180 G CAR 14,67 • BISCOITO DOCE DIET 50 G CAR 31,50 • MAÇÃ 100 G CAR 15,15		
INTEGRAL TARDE	• LEITE COM AROMA DE COCO DIET 190 ML CAR 8,73 • PÃO DE CENTEIO 50 G CAR 24,15 • REQUEIJÃO CREMOSO 15 G CAR 0,36	• CHÁ DE CAMOMILA DIET 190 ML CAR 0,14 • BOLO DE ABACAXI E CANELA DIET 50 G CAR 27,41 • MAMÃO FATIADO 85 G CAR 12,13	• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ DIET 190 ML CAR 16,23 • PÃO DE CENTEIO 50 G CAR 24,15 • MANTEIGA 10 G CAR 0,01	• IOGURTE DE MORANGO DIET 180 G CAR 14,67 • BISCOITO DOCE DIET 50 G CAR 31,50 • MAÇÃ 100 G CAR 15,15		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 20,39 Lipídios (g): 22,75 Carboidrato (g): 87,31 Cálcio (mg): 394,27 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 200,14 Vitamina C (mg): 46,48 Energia (Kcal): 611,18					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 21,30 Lipídios (g): 21,67 Carboidrato (g): 92,17 Cálcio (mg): 452,52 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 194,87 Vitamina C (mg): 25,34 Energia (Kcal): 627,66					

Observações						
OBSERVAÇÃO: O CÁLCULO DE CHO (CARBOIDRATO) POR ALIMENTO FOI FEITO COM BASE NA TABELA DE COMPOSIÇÃO DE ALIMENTOS (TACO).						
Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 30/06	Terça-Feira, 01/07	Quarta-Feira, 02/07	Quinta-Feira, 03/07	Sexta-Feira, 04/07	Sábado, 05/07
INTEGRAL MANHÃ		• CHÁ DE CAMOMILA DIET 190 ML CAR 0,14 • PÃO INTEGRAL FATIADO 50 G CAR 24,97 • QUEIJO 20 G CAR 0,61 • MAÇÃ 100 G CAR 15,15	• LEITE COM AROMA DE COCO DIET 190 ML CAR 8,73 • BOLO DE CENOURA DIET 50 G CAR 25,00	• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ DIET 190 ML CAR 16,23 • FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50 G CAR 43,33 • CAQUI 120 G CAR 23,20		RECESSO ESCOLAR
INTEGRAL TARDE		• CHÁ DE CAMOMILA DIET 190 ML CAR 0,14 • PÃO INTEGRAL FATIADO 50 G CAR 24,97 • QUEIJO 20 G CAR 0,61 • MAÇÃ 100 G CAR 15,15	• LEITE COM AROMA DE COCO DIET 190 ML CAR 8,73 • BOLO DE CENOURA DIET 50 G CAR 25,00	• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ DIET 190 ML CAR 16,23 • FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50 G CAR 43,33 • CAQUI 120 G CAR 23,20		RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 21,89 Lipídios (g): 20,76 Carboidrato (g): 104,90 Cálcio (mg): 518,99 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 215,88 Vitamina C (mg): 25,70 Energia (Kcal): 673,85					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 21/07	Terça-Feira, 22/07	Quarta-Feira, 23/07	Quinta-Feira, 24/07	Sexta-Feira, 25/07	Sábado, 26/07
INTEGRAL MANHÃ	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	• VITAMINA DE MORANGO DIET 180 ML CAR 13,30 • PÃO DE AVEIA 50 G CAR 29,79 • MANTEIGA 10 G CAR 0,01	• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ DIET 190 ML CAR 16,23 • PÃO DE CENTEIO 50 G CAR 24,15 • QUEIJO 20 G CAR 0,61	• CHÁ DE HORTELÃ DIET 190 ML CAR 0,14 • CHINEQUE DE UVA DIET 60 G CAR 34,02 • BANANA 130 G CAR 31,01	• CHÁ DE CAMOMILA DIET 190 ML CAR 0,14 • PÃO INTEGRAL FATIADO 50 G CAR 24,97 • QUEIJO 20 G CAR 0,61
INTEGRAL TARDE	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	• VITAMINA DE MORANGO DIET 180 ML CAR 13,30 • PÃO DE AVEIA 50 G CAR 29,79 • MANTEIGA 10 G CAR 0,01	• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ DIET 190 ML CAR 16,23 • PÃO DE CENTEIO 50 G CAR 24,15 • QUEIJO 20 G CAR 0,61	• CHÁ DE HORTELÃ DIET 190 ML CAR 0,14 • CHINEQUE DE UVA DIET 60 G CAR 34,02 • BANANA 130 G CAR 31,01	• CHÁ DE CAMOMILA DIET 190 ML CAR 0,14 • PÃO INTEGRAL FATIADO 50 G CAR 24,97 • QUEIJO 20 G CAR 0,61
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 21,77 Lipídios (g): 21,26 Carboidrato (g): 87,48 Cálcio (mg): 460,91 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 173,83 Vitamina C (mg): 3,91 Energia (Kcal): 609,51					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 28/07	Terça-Feira, 29/07	Quarta-Feira, 30/07	Quinta-Feira, 31/07	Sexta-Feira, 01/08	Sábado, 02/08
INTEGRAL MANHÃ	• PÃO DE CENTEIO 50 G CAR 24,15 • MANTEIGA 10 G CAR 0,01 • LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ DIET 190 ML CAR 16,23	• BISCOITO DOCE DIET 50 G CAR 31,50 • MAÇÃ 100 G CAR 15,15 • IOGURTE DE MORANGO DIET 180 G CAR 14,67	• BOLO DE ABACAXI E CANELA DIET 50 G CAR 27,41 • MAMÃO FATIADO 85 G CAR 12,13 • CHÁ DE CAMOMILA DIET 190 ML CAR 0,14	• PÃO DE AVEIA 50 G CAR 29,79 • QUEIJO 20 G CAR 0,61 • CHÁ DE HORTELÃ DIET 190 ML CAR 0,14		
INTEGRAL TARDE	• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ DIET 190 ML CAR 16,23 • PÃO DE CENTEIO 50 G CAR 24,15 • MANTEIGA 10 G CAR 0,01	• BISCOITO DOCE DIET 50 G CAR 31,50 • IOGURTE DE MORANGO DIET 180 G CAR 14,67 • MAÇÃ 100 G CAR 15,15	• BOLO DE ABACAXI E CANELA DIET 50 G CAR 27,41 • CHÁ DE CAMOMILA DIET 190 ML CAR 0,14 • MAMÃO FATIADO 85 G CAR 12,13	• PÃO DE AVEIA 50 G CAR 29,79 • CHÁ DE HORTELÃ DIET 190 ML CAR 0,14 • QUEIJO 20 G CAR 0,61		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 20,10 Lipídios (g): 21,15 Carboidrato (g): 85,96 Cálcio (mg): 373,34 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 157,00 Vitamina C (mg): 46,38 Energia (Kcal): 591,20					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 21,20 Lipídios (g): 21,09 Carboidrato (g): 91,68 Cálcio (mg): 444,91 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 179,18 Vitamina C (mg): 25,30 Energia (Kcal): 620,40					

Observações						
OBSERVAÇÃO: O CÁLCULO DE CHO (CARBOIDRATO) POR ALIMENTO FOI FEITO COM BASE NA TABELA DE COMPOSIÇÃO DE ALIMENTOS (TACO).						
Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 30/06	Terça-Feira, 01/07	Quarta-Feira, 02/07	Quinta-Feira, 03/07	Sexta-Feira, 04/07	Sábado, 05/07
INTEGRAL MANHÃ		• LEITE COM AROMA DE COCO DIET 190 ML CAR 8,73 • BOLO DE CENOURA DIET 50 G CAR 25,00	• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ DIET 190 ML CAR 16,23 • FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50 G CAR 43,33 • CAQUI 120 G CAR 23,20	• CHÁ DE CAMOMILA DIET 190 ML CAR 0,14 • PÃO INTEGRAL FATIADO 50 G CAR 24,97 • QUEIJO 20 G CAR 0,61 • MAÇÃ 100 G CAR 15,15		RECESSO ESCOLAR
INTEGRAL TARDE		• LEITE COM AROMA DE COCO DIET 190 ML CAR 8,73 • BOLO DE CENOURA DIET 50 G CAR 25,00	• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ DIET 190 ML CAR 16,23 • FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50 G CAR 43,33 • CAQUI 120 G CAR 23,20	• CHÁ DE CAMOMILA DIET 190 ML CAR 0,14 • PÃO INTEGRAL FATIADO 50 G CAR 24,97 • QUEIJO 20 G CAR 0,61 • MAÇÃ 100 G CAR 15,15		RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 21,89 Lipídios (g): 20,76 Carboidrato (g): 104,90 Cálcio (mg): 518,99 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 215,88 Vitamina C (mg): 25,70 Energia (Kcal): 673,85					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 21/07	Terça-Feira, 22/07	Quarta-Feira, 23/07	Quinta-Feira, 24/07	Sexta-Feira, 25/07	Sábado, 26/07
INTEGRAL MANHÃ	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ DIET 190 ML CAR 16,23 • PÃO DE CENTEIO 50 G CAR 24,15 • QUEIJO 20 G CAR 0,61	• CHÁ DE HORTELÃ DIET 190 ML CAR 0,14 • CHINEQUE DE UVA DIET 60 G CAR 34,02 • BANANA 130 G CAR 31,01	• VITAMINA DE MORANGO DIET 180 ML CAR 13,30 • PÃO DE AVEIA 50 G CAR 29,79 • MANTEIGA 10 G CAR 0,01	• CHÁ DE CAMOMILA DIET 190 ML CAR 0,14 • PÃO INTEGRAL FATIADO 50 G CAR 24,97 • QUEIJO 20 G CAR 0,61
INTEGRAL TARDE	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ DIET 190 ML CAR 16,23 • PÃO DE CENTEIO 50 G CAR 24,15 • QUEIJO 20 G CAR 0,61	• CHÁ DE HORTELÃ DIET 190 ML CAR 0,14 • CHINEQUE DE UVA DIET 60 G CAR 34,02 • BANANA 130 G CAR 31,01	• VITAMINA DE MORANGO DIET 180 ML CAR 13,30 • PÃO DE AVEIA 50 G CAR 29,79 • MANTEIGA 10 G CAR 0,01	• CHÁ DE CAMOMILA DIET 190 ML CAR 0,14 • PÃO INTEGRAL FATIADO 50 G CAR 24,97 • QUEIJO 20 G CAR 0,61
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 21,77 Lipídios (g): 21,26 Carboidrato (g): 87,48 Cálcio (mg): 460,91 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 173,83 Vitamina C (mg): 3,91 Energia (Kcal): 609,51					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 28/07	Terça-Feira, 29/07	Quarta-Feira, 30/07	Quinta-Feira, 31/07	Sexta-Feira, 01/08	Sábado, 02/08
INTEGRAL MANHÃ	● CHÁ DE HORTELÃ DIET 190 ML CAR 0,14 ● PÃO DE AVEIA 50 G CAR 29,79 ● QUEIJO 20 G CAR 0,61	● LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ DIET 190 ML CAR 16,23 ● PÃO DE CENTEIO 50 G CAR 24,15 ● MANTEIGA 10 G CAR 0,01	● IOGURTE DE MORANGO DIET 180 G CAR 14,67 ● BISCOITO DOCE DIET 50 G CAR 31,50 ● MAÇÃ 100 G CAR 15,15	● LEITE COM AROMA DE COCO DIET 190 ML CAR 8,73 ● PÃO DE CENTEIO 50 G CAR 24,15 ● REQUEIJÃO CREMOSO 15 G CAR 0,36		
INTEGRAL TARDE	● CHÁ DE HORTELÃ DIET 190 ML CAR 0,14 ● PÃO DE AVEIA 50 G CAR 29,79 ● QUEIJO 20 G CAR 0,61	● LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ DIET 190 ML CAR 16,23 ● PÃO DE CENTEIO 50 G CAR 24,15 ● MANTEIGA 10 G CAR 0,01	● IOGURTE DE MORANGO DIET 180 G CAR 14,67 ● BISCOITO DOCE DIET 50 G CAR 31,50 ● MAÇÃ 100 G CAR 15,15	● LEITE COM AROMA DE COCO DIET 190 ML CAR 8,73 ● PÃO DE CENTEIO 50 G CAR 24,15 ● REQUEIJÃO CREMOSO 15 G CAR 0,36		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 21,33 Lipídios (g): 21,03 Carboidrato (g): 82,74 Cálcio (mg): 433,47 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 148,14 Vitamina C (mg): 1,41 Energia (Kcal): 588,31					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 21,65 Lipídios (g): 21,04 Carboidrato (g): 90,51 Cálcio (mg): 466,77 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 175,96 Vitamina C (mg): 8,94 Energia (Kcal): 619,35					

Observações						
OBSERVAÇÃO: O CÁLCULO DE CHO (CARBOIDRATO) POR ALIMENTO FOI FEITO COM BASE NA TABELA DE COMPOSIÇÃO DE ALIMENTOS (TACO).						
Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 30/06	Terça-Feira, 01/07	Quarta-Feira, 02/07	Quinta-Feira, 03/07	Sexta-Feira, 04/07	Sábado, 05/07
INTEGRAL MANHÃ		• CHÁ DE HORTELÃ DIET 190 ML CAR 0,14 • PÃO INTEGRAL FATIADO 50 G CAR 24,97 • QUEIJO 20 G CAR 0,61	• LEITE 190 ML CAR 8,62 • FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50 G CAR 43,33 • BANANA 130 G CAR 31,01	• LEITE COM AROMA DE COCO DIET 190 ML CAR 8,73 • BOLO DE CENOURA DIET 50 G CAR 25,00		RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 11,05 Lipídios (g): 10,29 Carboidrato (g): 47,47 Cálcio (mg): 253,22 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 111,95 Vitamina C (mg): 2,74 Energia (Kcal): 317,55					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 21/07	Terça-Feira, 22/07	Quarta-Feira, 23/07	Quinta-Feira, 24/07	Sexta-Feira, 25/07	Sábado, 26/07
INTEGRAL MANHÃ	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	• CHÁ DE HORTELÃ DIET 190 ML CAR 0,14 • CHINEQUE DE UVA DIET 60 G CAR 34,02 • BANANA 130 G CAR 31,01	• VITAMINA DE MORANGO DIET 180 ML CAR 13,30 • PÃO DE AVEIA 50 G CAR 29,79 • MANTEIGA 10 G CAR 0,01	• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ DIET 190 ML CAR 16,23 • PÃO DE CENTEIO 50 G CAR 24,15 • QUEIJO 20 G CAR 0,61	• CHÁ DE CAMOMILA DIET 190 ML CAR 0,14 • PÃO INTEGRAL FATIADO 50 G CAR 24,97 • QUEIJO 20 G CAR 0,61
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 10,89 Lipídios (g): 10,63 Carboidrato (g): 43,74 Cálcio (mg): 230,46 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 86,92 Vitamina C (mg): 1,95 Energia (Kcal): 304,75					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 28/07	Terça-Feira, 29/07	Quarta-Feira, 30/07	Quinta-Feira, 31/07	Sexta-Feira, 01/08	Sábado, 02/08
INTEGRAL MANHÃ	• LEITE COM AROMA DE COCO DIET 190 ML CAR 8,73 • PÃO DE CENTEIO 50 G CAR 24,15 • REQUEIJÃO CREMOSO 15 G CAR 0,36	• CHÁ DE CAMOMILA DIET 190 ML CAR 0,14 • BOLO DE ABACAXI E CANELA DIET 50 G CAR 27,41 • MAMÃO FATIADO 85 G CAR 12,13	• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ DIET 190 ML CAR 16,23 • PÃO DE CENTEIO 50 G CAR 24,15 • MANTEIGA 10 G CAR 0,01	• IOGURTE DE MORANGO DIET 180 G CAR 14,67 • BISCOITO DOCE DIET 50 G CAR 31,50 • BANANA 130 G CAR 31,01		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 10,58 Lipídios (g): 11,42 Carboidrato (g): 47,62 Cálcio (mg): 197,77 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 103,62 Vitamina C (mg): 24,54 Energia (Kcal): 321,46					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 10,82 Lipídios (g): 10,82 Carboidrato (g): 46,17 Cálcio (mg): 224,78 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 99,82 Vitamina C (mg): 10,38 Energia (Kcal): 314,32					

Observações						
OBSERVAÇÃO: O CÁLCULO DE CHO (CARBOIDRATO) POR ALIMENTO FOI FEITO COM BASE NA TABELA DE COMPOSIÇÃO DE ALIMENTOS (TACO).						
Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 30/06	Terça-Feira, 01/07	Quarta-Feira, 02/07	Quinta-Feira, 03/07	Sexta-Feira, 04/07	Sábado, 05/07
REGULAR MANHÃ		● SUCO POLPA DE GOIABA DIET 200 ML CAR 17,56 ● PÃO DE AVEIA 50 G CAR 29,79 ● CARNE MOÍDA PARA PÃO 60 G CAR 1,00	● SUCO POLPA DE ABACAXI DIET 200 ML CAR 8,06 ● SANDUÍCHE NATURAL 100 G CAR 25,50	● SOPA DE ARROZ COM FRANGO, ABOBRINHA, BATATA E CENOURA 150 G CAR 27,89 ● BANANA 130 G CAR 31,01		RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 14,50 Lipídios (g): 5,02 Carboidrato (g): 46,93 Cálcio (mg): 59,59 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 89,80 Vitamina C (mg): 10,25 Energia (Kcal): 285,54					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 21/07	Terça-Feira, 22/07	Quarta-Feira, 23/07	Quinta-Feira, 24/07	Sexta-Feira, 25/07	Sábado, 26/07
REGULAR MANHÃ	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	• SOPA DE ARROZ COM FRANGO, BATATA E CENOURA 150 G CAR 18,51 • CAQUI 120 G CAR 23,20	• SUCO POLPA DE GOIABA DIET 200 ML CAR 17,56 • PÃO DE CENTEIO 50 G CAR 24,15 • HAMBÚRGUER DE FRANGO ASSADO 42 G CAR 1,06 • QUEIJO 20 G CAR 0,61	• SAGU DE UVA DIET 150 G CAR 19,64 • CREME DE LEITE DIET 20 G CAR 5,93 • MAÇÃ 100 G CAR 15,15	• CHÁ DE CAMOMILA DIET 190 ML CAR 0,14 • PÃO INTEGRAL FATIADO 50 G CAR 24,97 • QUEIJO 20 G CAR 0,61
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 10,94 Lipídios (g): 7,07 Carboidrato (g): 37,89 Cálcio (mg): 157,40 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 46,17 Vitamina C (mg): 13,60 Energia (Kcal): 251,89					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 28/07	Terça-Feira, 29/07	Quarta-Feira, 30/07	Quinta-Feira, 31/07	Sexta-Feira, 01/08	Sábado, 02/08
REGULAR MANHÃ	● SUCO POLPA DE ABACAXI DIET 200 ML CAR 8,06 ● PÃO DE AVEIA 50 G CAR 29,79 ● FRANGO PARA PÃO COM TOMATE 60 G CAR 1,42	● PURÊ DE BATATA 80 G CAR 33,93 ● MOLHO DE CARNE E CENOURA 50 G CAR 1,46 ● CAQUI 120 G CAR 23,20	● RISOTO INTEGRAL DE CARNE E BRÓCOLIS 150 G CAR 23,74 ● BANANA 130 G CAR 31,01	● VITAMINA DE MORANGO DIET 180 ML CAR 13,30 ● BOLO DE CHOCOLATE DIET 50 G CAR 33,46		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 19,20 Lipídios (g): 9,46 Carboidrato (g): 49,84 Cálcio (mg): 177,81 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 116,38 Vitamina C (mg): 28,24 Energia (Kcal): 355,38					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 14,92 Lipídios (g): 7,38 Carboidrato (g): 44,70 Cálcio (mg): 138,14 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 83,60 Vitamina C (mg): 18,01 Energia (Kcal): 298,70					

Observações						
OBSERVAÇÃO: O CÁLCULO DE CHO (CARBOIDRATO) POR ALIMENTO FOI FEITO COM BASE NA TABELA DE COMPOSIÇÃO DE ALIMENTOS (TACO).						
Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 30/06	Terça-Feira, 01/07	Quarta-Feira, 02/07	Quinta-Feira, 03/07	Sexta-Feira, 04/07	Sábado, 05/07
REGULAR MANHÃ		• LEITE COM AROMA DE BAUNILHA DIET 190 ML CAR 8,73 • BOLO DE CENOURA DIET 50 G CAR 25,00 • BANANA 130 G CAR 31,01	• LEITE COM AROMA DE BAUNILHA DIET 190 ML CAR 8,73 • BOLO DE CENOURA DIET 50 G CAR 25,00 • BANANA 130 G CAR 31,01	• LEITE COM AROMA DE BAUNILHA DIET 190 ML CAR 8,73 • BOLO DE CENOURA DIET 50 G CAR 25,00 • BANANA 130 G CAR 31,01		RECESSO ESCOLAR
REGULAR TARDE		• LEITE COM AROMA DE BAUNILHA DIET 190 ML CAR 8,73 • BOLO DE CENOURA DIET 50 G CAR 25,00 • BANANA 130 G CAR 31,01	• LEITE COM AROMA DE BAUNILHA DIET 190 ML CAR 8,73 • BOLO DE CENOURA DIET 50 G CAR 25,00 • BANANA 130 G CAR 31,01	• LEITE COM AROMA DE BAUNILHA DIET 190 ML CAR 8,73 • BOLO DE CENOURA DIET 50 G CAR 25,00 • BANANA 130 G CAR 31,01		RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 30,61 Lipídios (g): 34,51 Carboidrato (g): 129,47 Cálcio (mg): 645,69 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 463,84 Vitamina C (mg): 16,46 Energia (Kcal): 913,80					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 21/07	Terça-Feira, 22/07	Quarta-Feira, 23/07	Quinta-Feira, 24/07	Sexta-Feira, 25/07	Sábado, 26/07
REGULAR MANHÃ	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ DIET 190 ML CAR 16,23 • PÃO DE AVEIA 50 G CAR 29,79 • REQUEIJÃO CREMOSO 15 G CAR 0,36 • CAQUI 120 G CAR 23,20	• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ DIET 190 ML CAR 16,23 • PÃO DE AVEIA 50 G CAR 29,79 • REQUEIJÃO CREMOSO 15 G CAR 0,36 • CAQUI 120 G CAR 23,20	• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ DIET 190 ML CAR 16,23 • PÃO DE AVEIA 50 G CAR 29,79 • REQUEIJÃO CREMOSO 15 G CAR 0,36 • CAQUI 120 G CAR 23,20	• CHÁ DE CAMOMILA DIET 190 ML CAR 0,14 • PÃO INTEGRAL FATIADO 50 G CAR 24,97 • QUEIJO 20 G CAR 0,61
REGULAR TARDE	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ DIET 190 ML CAR 16,23 • PÃO DE AVEIA 50 G CAR 29,79 • REQUEIJÃO CREMOSO 15 G CAR 0,36 • CAQUI 120 G CAR 23,20	• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ DIET 190 ML CAR 16,23 • PÃO DE AVEIA 50 G CAR 29,79 • REQUEIJÃO CREMOSO 15 G CAR 0,36 • CAQUI 120 G CAR 23,20	• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ DIET 190 ML CAR 16,23 • PÃO DE AVEIA 50 G CAR 29,79 • REQUEIJÃO CREMOSO 15 G CAR 0,36 • CAQUI 120 G CAR 23,20	• CHÁ DE CAMOMILA DIET 190 ML CAR 0,14 • PÃO INTEGRAL FATIADO 50 G CAR 24,97 • QUEIJO 20 G CAR 0,61
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 26,29 Lipídios (g): 22,50 Carboidrato (g): 117,22 Cálcio (mg): 586,26 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 178,42 Vitamina C (mg): 53,30 Energia (Kcal): 757,89					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 28/07	Terça-Feira, 29/07	Quarta-Feira, 30/07	Quinta-Feira, 31/07	Sexta-Feira, 01/08	Sábado, 02/08
REGULAR MANHÃ	● VITAMINA DE BANANA DIET 180 ML CAR 27,83 ● BISCOITO DOCE DIET 50 G CAR 31,50 ● PONKAN 120 G CAR 11,53	● VITAMINA DE BANANA DIET 180 ML CAR 27,83 ● BISCOITO DOCE DIET 50 G CAR 31,50 ● PONKAN 120 G CAR 11,53	● VITAMINA DE BANANA DIET 180 ML CAR 27,83 ● BISCOITO DOCE DIET 50 G CAR 31,50 ● PONKAN 120 G CAR 11,53	● VITAMINA DE BANANA DIET 180 ML CAR 27,83 ● BISCOITO DOCE DIET 50 G CAR 31,50 ● PONKAN 120 G CAR 11,53		
REGULAR TARDE	● VITAMINA DE BANANA DIET 180 ML CAR 27,83 ● BISCOITO DOCE DIET 50 G CAR 31,50 ● PONKAN 120 G CAR 11,53	● VITAMINA DE BANANA DIET 180 ML CAR 27,83 ● BISCOITO DOCE DIET 50 G CAR 31,50 ● PONKAN 120 G CAR 11,53	● VITAMINA DE BANANA DIET 180 ML CAR 27,83 ● BISCOITO DOCE DIET 50 G CAR 31,50 ● PONKAN 120 G CAR 11,53	● VITAMINA DE BANANA DIET 180 ML CAR 27,83 ● BISCOITO DOCE DIET 50 G CAR 31,50 ● PONKAN 120 G CAR 11,53		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 21,36 Lipídios (g): 25,20 Carboidrato (g): 141,73 Cálcio (mg): 428,13 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 186,67 Vitamina C (mg): 126,54 Energia (Kcal): 793,91					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 25,68 Lipídios (g): 26,76 Carboidrato (g): 129,47 Cálcio (mg): 544,96 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 259,26 Vitamina C (mg): 69,89 Energia (Kcal): 813,51					

Observações						
OBSERVAÇÃO: O CÁLCULO DE CHO (CARBOIDRATO) POR ALIMENTO FOI FEITO COM BASE NA TABELA DE COMPOSIÇÃO DE ALIMENTOS (TACO).						
Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 30/06	Terça-Feira, 01/07	Quarta-Feira, 02/07	Quinta-Feira, 03/07	Sexta-Feira, 04/07	Sábado, 05/07
REGULAR MANHÃ		• IOGURTE DE MORANGO 180 G CAR 26,68 • MAÇÃ 100 G CAR 15,15 • BOLO DE CHOCOLATE DIET G/NOT 100 G CAR 66,91	• SUCO POLPA DE ABACAXI DIET 200 ML CAR 8,06 • SANDUÍCHE NATURAL G/NOT 150 G CAR 37,98	• BANANA 130 G CAR 31,01 • SOPA DE ARROZ COM FRANGO, ABOBRINHA, BATATA E CENOURA G/NOT 300 G CAR 55,80		RECESSO ESCOLAR
REGULAR TARDE		• IOGURTE DE MORANGO 180 G CAR 26,68 • MAÇÃ 100 G CAR 15,15 • BOLO DE CHOCOLATE DIET G/NOT 100 G CAR 66,91	• SUCO POLPA DE ABACAXI DIET 200 ML CAR 8,06 • SANDUÍCHE NATURAL G/NOT 150 G CAR 37,98	• BANANA 130 G CAR 31,01 • SOPA DE ARROZ COM FRANGO, ABOBRINHA, BATATA E CENOURA G/NOT 300 G CAR 55,80		RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 39,47 Lipídios (g): 25,23 Carboidrato (g): 161,05 Cálcio (mg): 435,48 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 379,05 Vitamina C (mg): 35,59 Energia (Kcal): 1020,01					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 21/07	Terça-Feira, 22/07	Quarta-Feira, 23/07	Quinta-Feira, 24/07	Sexta-Feira, 25/07	Sábado, 26/07
REGULAR MANHÃ	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	• SUCO POLPA DE GOIABA DIET 200 ML CAR 17,56 • HAMBÚRGUER DE FRANGO ASSADO 42 G CAR 1,06 • QUEIJO 20 G CAR 0,61 • PÃO DE CENTEIO G/NOT 75 G CAR 36,23	• SAGU DE UVA DIET 150 G CAR 19,64 • CREME DE LEITE DIET 20 G CAR 5,93 • MAÇÃ 100 G CAR 15,15	• CAQUI 120 G CAR 23,20 • SOPA DE ARROZ COM FRANGO, BATATA E CENOURA G/NOT 300 G CAR 37,03	• CHÁ DE CAMOMILA 190 ML CAR 9,96 • QUEIJO 20 G CAR 0,61 • PÃO INTEGRAL FATIADO G/NOT 75 G CAR 37,46
REGULAR TARDE	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	• SUCO POLPA DE GOIABA DIET 200 ML CAR 17,56 • HAMBÚRGUER DE FRANGO ASSADO 42 G CAR 1,06 • QUEIJO 20 G CAR 0,61 • PÃO DE CENTEIO G/NOT 75 G CAR 36,23	• SAGU DE UVA DIET 150 G CAR 19,64 • CREME DE LEITE DIET 20 G CAR 5,93 • MAÇÃ 100 G CAR 15,15	• CAQUI 120 G CAR 23,20 • SOPA DE ARROZ COM FRANGO, BATATA E CENOURA G/NOT 300 G CAR 37,03	• CHÁ DE CAMOMILA 190 ML CAR 9,96 • QUEIJO 20 G CAR 0,61 • PÃO INTEGRAL FATIADO G/NOT 75 G CAR 37,46
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 29,77 Lipídios (g): 16,19 Carboidrato (g): 102,22 Cálcio (mg): 348,79 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 128,41 Vitamina C (mg): 33,19 Energia (Kcal): 658,13					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 28/07	Terça-Feira, 29/07	Quarta-Feira, 30/07	Quinta-Feira, 31/07	Sexta-Feira, 01/08	Sábado, 02/08
REGULAR MANHÃ	● PONKAN 120 G CAR 11,53 ● SOPA DE FEIJÃO COM CARNE, BATATA E MACARRÃO G/NOT 300 G CAR 45,90	● VITAMINA DE MORANGO DIET 180 ML CAR 13,30 ● BOLO DE CHOCOLATE DIET G/NOT 100 G CAR 66,91	● PURÊ DE BATATA G/NOT 160 G CAR 67,85 ● MAÇÃ 100 G CAR 15,15 ● MOLHO DE CARNE E CENOURA G/NOT 120 G CAR 3,51	● SUCO POLPA DE GOIABA DIET 200 ML CAR 17,56 ● FRANGO PARA PÃO COM TOMATE 60 G CAR 1,42 ● PÃO DE AVEIA G/NOT 75 G CAR 44,68		
REGULAR TARDE	● PONKAN 120 G CAR 11,53 ● SOPA DE FEIJÃO COM CARNE, BATATA E MACARRÃO G/NOT 300 G CAR 45,90	● VITAMINA DE MORANGO DIET 180 ML CAR 13,30 ● BOLO DE CHOCOLATE DIET G/NOT 100 G CAR 66,91	● MAÇÃ 100 G CAR 15,15 ● MOLHO DE CARNE E CENOURA G/NOT 120 G CAR 3,51 ● PURÊ DE BATATA G/NOT 160 G CAR 67,85	● SUCO POLPA DE GOIABA DIET 200 ML CAR 17,56 ● FRANGO PARA PÃO COM TOMATE 60 G CAR 1,42 ● PÃO DE AVEIA G/NOT 75 G CAR 44,68		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 64,30 Lipídios (g): 32,84 Carboidrato (g): 143,91 Cálcio (mg): 546,28 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 283,37 Vitamina C (mg): 88,45 Energia (Kcal): 1120,73					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 44,97 Lipídios (g): 24,71 Carboidrato (g): 133,42 Cálcio (mg): 444,25 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 253,12 Vitamina C (mg): 53,94 Energia (Kcal): 925,04					

Observações						
OBSERVAÇÃO: O CÁLCULO DE CHO (CARBOIDRATO) POR ALIMENTO FOI FEITO COM BASE NA TABELA DE COMPOSIÇÃO DE ALIMENTOS (TACO).						
Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 30/06	Terça-Feira, 01/07	Quarta-Feira, 02/07	Quinta-Feira, 03/07	Sexta-Feira, 04/07	Sábado, 05/07
REGULAR TARDE		● SUCO POLPA DE ABACAXI DIET 200 ML CAR 8,06 ● SANDUÍCHE NATURAL 100 G CAR 25,50	● SOPA DE ARROZ COM FRANGO, ABOBRINHA, BATATA E CENOURA 150 G CAR 27,89 ● BANANA 130 G CAR 31,01	● SUCO POLPA DE GOIABA DIET 200 ML CAR 17,56 ● PÃO DE AVEIA 50 G CAR 29,79 ● CARNE MOÍDA PARA PÃO 60 G CAR 1,00		RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 14,50 Lipídios (g): 5,02 Carboidrato (g): 46,93 Cálcio (mg): 59,59 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 89,80 Vitamina C (mg): 10,25 Energia (Kcal): 285,54					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 21/07	Terça-Feira, 22/07	Quarta-Feira, 23/07	Quinta-Feira, 24/07	Sexta-Feira, 25/07	Sábado, 26/07
REGULAR TARDE	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	• SUCO POLPA DE GOIABA DIET 200 ML CAR 17,56 • PÃO DE CENTEIO 50 G CAR 24,15 • HAMBÚRGUER DE FRANGO ASSADO 42 G CAR 1,06 • QUEIJO 20 G CAR 0,61	• SAGU DE UVA DIET 150 G CAR 19,64 • CREME DE LEITE DIET 20 G CAR 5,93 • MAÇÃ 100 G CAR 15,15	• SOPA DE ARROZ COM FRANGO, BATATA E CENOURA 150 G CAR 18,51 • PONKAN 120 G CAR 11,53	• CHÁ DE CAMOMILA DIET 190 ML CAR 0,14 • PÃO INTEGRAL FATIADO 50 G CAR 24,97 • QUEIJO 20 G CAR 0,61
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 11,09 Lipídios (g): 7,07 Carboidrato (g): 34,97 Cálcio (mg): 155,91 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 46,17 Vitamina C (mg): 19,37 Energia (Kcal): 241,83					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 28/07	Terça-Feira, 29/07	Quarta-Feira, 30/07	Quinta-Feira, 31/07	Sexta-Feira, 01/08	Sábado, 02/08
REGULAR TARDE	● SOPA DE FEIJÃO COM CARNE, BATATA E MACARRÃO 150 G CAR 23,83 ● CAQUI 120 G CAR 23,20	● CANJICA DIET 200 G CAR 39,81 ● MAÇÃ 100 G CAR 15,15	● PURÊ DE BATATA 80 G CAR 33,93 ● MOLHO DE CARNE E CENOURA 50 G CAR 1,46 ● BANANA 130 G CAR 31,01	● SUCO POLPA DE MANGA DIET 200 ML CAR 12,78 ● PÃO DE AVEIA 50 G CAR 29,79 ● FRANGO PARA PÃO COM TOMATE 60 G CAR 1,42		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 18,21 Lipídios (g): 7,66 Carboidrato (g): 53,09 Cálcio (mg): 145,59 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 2256,16 Vitamina C (mg): 32,25 Energia (Kcal): 346,59					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 14,61 Lipídios (g): 6,73 Carboidrato (g): 44,82 Cálcio (mg): 125,89 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 861,70 Vitamina C (mg): 21,57 Energia (Kcal): 291,85					

Observações						
OBSERVAÇÃO: O CÁLCULO DE CHO (CARBOIDRATO) POR ALIMENTO FOI FEITO COM BASE NA TABELA DE COMPOSIÇÃO DE ALIMENTOS (TACO).						
Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 30/06	Terça-Feira, 01/07	Quarta-Feira, 02/07	Quinta-Feira, 03/07	Sexta-Feira, 04/07	Sábado, 05/07
REGULAR TARDE		● SOPA DE ARROZ COM FRANGO, ABOBRINHA, BATATA E CENOURA 150 G CAR 27,89 ● BANANA 130 G CAR 31,01	● SUCO POLPA DE GOIABA DIET 200 ML CAR 17,56 ● PÃO DE AVEIA 50 G CAR 29,79 ● CARNE MOÍDA PARA PÃO 60 G CAR 1,00	● SUCO POLPA DE ABACAXI DIET 200 ML CAR 8,06 ● SANDUÍCHE NATURAL 100 G CAR 25,50		RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 14,50 Lipídios (g): 5,02 Carboidrato (g): 46,93 Cálcio (mg): 59,59 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 89,80 Vitamina C (mg): 10,25 Energia (Kcal): 285,54					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 21/07	Terça-Feira, 22/07	Quarta-Feira, 23/07	Quinta-Feira, 24/07	Sexta-Feira, 25/07	Sábado, 26/07
REGULAR TARDE	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	• SAGU DE UVA DIET 150 G CAR 19,64 • CREME DE LEITE DIET 20 G CAR 5,93 • MAÇÃ 100 G CAR 15,15	• SOPA DE ARROZ COM FRANGO, BATATA E CENOURA 150 G CAR 18,51 • PONKAN 120 G CAR 11,53	• SUCO POLPA DE GOIABA DIET 200 ML CAR 17,56 • PÃO DE CENTEIO 50 G CAR 24,15 • HAMBÚRGUER DE FRANGO ASSADO 42 G CAR 1,06 • QUEIJO 20 G CAR 0,61	• CHÁ DE CAMOMILA DIET 190 ML CAR 0,14 • PÃO INTEGRAL FATIADO 50 G CAR 24,97 • QUEIJO 20 G CAR 0,61
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 11,09 Lipídios (g): 7,07 Carboidrato (g): 34,97 Cálcio (mg): 155,91 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 46,17 Vitamina C (mg): 19,37 Energia (Kcal): 241,83					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 28/07	Terça-Feira, 29/07	Quarta-Feira, 30/07	Quinta-Feira, 31/07	Sexta-Feira, 01/08	Sábado, 02/08
REGULAR TARDE	• PURÊ DE BATATA 80 G CAR 33,93 • MOLHO DE CARNE E CENOURA 50 G CAR 1,46 • BANANA 130 G CAR 31,01	• SUCO POLPA DE ABACAXI DIET 200 ML CAR 8,06 • PÃO DE AVEIA 50 G CAR 29,79 • FRANGO PARA PÃO COM TOMATE 60 G CAR 1,42	• CANJICA DIET 200 G CAR 39,81 • MAÇÃ 100 G CAR 15,15	• RISOTO INTEGRAL DE CARNE E BRÓCOLIS 150 G CAR 23,74 • PONKAN 120 G CAR 11,53		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 18,28 Lipídios (g): 7,72 Carboidrato (g): 48,97 Cálcio (mg): 150,27 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 2289,69 Vitamina C (mg): 34,63 Energia (Kcal): 332,87					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 14,64 Lipídios (g): 6,75 Carboidrato (g): 43,33 Cálcio (mg): 127,59 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 873,89 Vitamina C (mg): 22,43 Energia (Kcal): 286,86					

Observações						
OBSERVAÇÃO: O CÁLCULO DE CHO (CARBOIDRATO) POR ALIMENTO FOI FEITO COM BASE NA TABELA DE COMPOSIÇÃO DE ALIMENTOS (TACO).						
Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 30/06	Terça-Feira, 01/07	Quarta-Feira, 02/07	Quinta-Feira, 03/07	Sexta-Feira, 04/07	Sábado, 05/07
REGULAR TARDE		● SUCO POLPA DE GOIABA DIET 200 ML CAR 17,56 ● PÃO DE AVEIA 50 G CAR 29,79 ● CARNE MOÍDA PARA PÃO 60 G CAR 1,00	● SUCO POLPA DE ABACAXI DIET 200 ML CAR 8,06 ● SANDUÍCHE NATURAL 100 G CAR 25,50	● SOPA DE ARROZ COM FRANGO, ABOBRINHA, BATATA E CENOURA 150 G CAR 27,89 ● BANANA 130 G CAR 31,01		RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 14,50 Lipídios (g): 5,02 Carboidrato (g): 46,93 Cálcio (mg): 59,59 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 89,80 Vitamina C (mg): 10,25 Energia (Kcal): 285,54					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 21/07	Terça-Feira, 22/07	Quarta-Feira, 23/07	Quinta-Feira, 24/07	Sexta-Feira, 25/07	Sábado, 26/07
REGULAR TARDE	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	• SOPA DE ARROZ COM FRANGO, BATATA E CENOURA 150 G CAR 18,51 • PONKAN 120 G CAR 11,53	• SUCO POLPA DE GOIABA DIET 200 ML CAR 17,56 • PÃO DE CENTEIO 50 G CAR 24,15 • HAMBÚRGUER DE FRANGO ASSADO 42 G CAR 1,06 • QUEIJO 20 G CAR 0,61	• SAGU DE UVA DIET 150 G CAR 19,64 • CREME DE LEITE DIET 20 G CAR 5,93 • MAÇÃ 100 G CAR 15,15	• CHÁ DE CAMOMILA DIET 190 ML CAR 0,14 • PÃO INTEGRAL FATIADO 50 G CAR 24,97 • QUEIJO 20 G CAR 0,61
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 11,09 Lipídios (g): 7,07 Carboidrato (g): 34,97 Cálcio (mg): 155,91 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 46,17 Vitamina C (mg): 19,37 Energia (Kcal): 241,83					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 28/07	Terça-Feira, 29/07	Quarta-Feira, 30/07	Quinta-Feira, 31/07	Sexta-Feira, 01/08	Sábado, 02/08
REGULAR TARDE	● RISOTO INTEGRAL DE CARNE E BRÓCOLIS 150 G CAR 23,74 ● PONKAN 120 G CAR 11,53	● PURÊ DE BATATA 80 G CAR 33,93 ● MOLHO DE CARNE E CENOURA 50 G CAR 1,46 ● BANANA 130 G CAR 31,01	● SUCO POLPA DE ABACAXI DIET 200 ML CAR 8,06 ● PÃO DE AVEIA 50 G CAR 29,79 ● FRANGO PARA PÃO COM TOMATE 60 G CAR 1,42	● SOPA DE FEIJÃO COM CARNE, BATATA E MACARRÃO 150 G CAR 23,83 ● CAQUI 120 G CAR 23,20		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 19,49 Lipídios (g): 6,01 Carboidrato (g): 46,99 Cálcio (mg): 106,74 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 85,20 Vitamina C (mg): 44,11 Energia (Kcal): 314,00					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 15,08 Lipídios (g): 6,13 Carboidrato (g): 42,60 Cálcio (mg): 111,76 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 72,26 Vitamina C (mg): 25,88 Energia (Kcal): 279,99					

Observações						
OBSERVAÇÃO: O CÁLCULO DE CHO (CARBOIDRATO) POR ALIMENTO FOI FEITO COM BASE NA TABELA DE COMPOSIÇÃO DE ALIMENTOS (TACO).						
Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 30/06	Terça-Feira, 01/07	Quarta-Feira, 02/07	Quinta-Feira, 03/07	Sexta-Feira, 04/07	Sábado, 05/07
REGULAR TARDE		● MAÇÃ 100 G CAR 15,15 ● RISOTO INTEGRAL DE CARNE E ABÓBORA 150 G CAR 22,03	● SUCO POLPA DE ABACAXI DIET 200 ML CAR 8,06 ● SANDUÍCHE NATURAL 100 G CAR 25,50	● SUCO POLPA DE GOIABA DIET 200 ML CAR 17,56 ● PÃO DE AVEIA 50 G CAR 29,79 ● CARNE MOÍDA PARA PÃO 60 G CAR 1,00		RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 14,17 Lipídios (g): 5,38 Carboidrato (g): 39,70 Cálcio (mg): 53,17 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 113,56 Vitamina C (mg): 3,18 Energia (Kcal): 261,15					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 21/07	Terça-Feira, 22/07	Quarta-Feira, 23/07	Quinta-Feira, 24/07	Sexta-Feira, 25/07	Sábado, 26/07
REGULAR TARDE	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	• SUCO POLPA DE GOIABA DIET 200 ML CAR 17,56 • PÃO DE CENTEIO 50 G CAR 24,15 • HAMBÚRGUER DE FRANGO ASSADO 42 G CAR 1,06 • QUEIJO 20 G CAR 0,61	• SAGU DE UVA DIET 150 G CAR 19,64 • CREME DE LEITE DIET 20 G CAR 5,93 • MAÇÃ 100 G CAR 15,15	• SOPA DE ARROZ COM FRANGO, BATATA E CENOURA 150 G CAR 18,51 • BANANA 130 G CAR 31,01	• CHÁ DE CAMOMILA DIET 190 ML CAR 0,14 • PÃO INTEGRAL FATIADO 50 G CAR 24,97 • QUEIJO 20 G CAR 0,61
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 11,29 Lipídios (g): 7,09 Carboidrato (g): 39,84 Cálcio (mg): 153,15 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 50,72 Vitamina C (mg): 6,62 Energia (Kcal): 260,23					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 28/07	Terça-Feira, 29/07	Quarta-Feira, 30/07	Quinta-Feira, 31/07	Sexta-Feira, 01/08	Sábado, 02/08
REGULAR TARDE	● SOPA DE FEIJÃO COM CARNE, BATATA E MACARRÃO 150 G CAR 23,83 ● MAÇÃ 100 G CAR 15,15	● CANJICA DIET 200 G CAR 39,81 ● BANANA 130 G CAR 31,01	● PURÊ DE BATATA 80 G CAR 33,93 ● MOLHO DE CARNE E CENOURA 50 G CAR 1,46 ● MELÃO FATIADO 150 G CAR 13,86	● SUCO POLPA DE MANGA DIET 200 ML CAR 12,78 ● PÃO DE AVEIA 50 G CAR 29,79 ● FRANGO PARA PÃO COM TOMATE 60 G CAR 1,42		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 18,41 Lipídios (g): 7,64 Carboidrato (g): 50,76 Cálcio (mg): 141,55 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 2309,52 Vitamina C (mg): 27,36 Energia (Kcal): 338,70					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 14,67 Lipídios (g): 6,83 Carboidrato (g): 43,77 Cálcio (mg): 121,67 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 889,24 Vitamina C (mg): 13,23 Energia (Kcal): 289,02					

Observações						
OBSERVAÇÃO: O CÁLCULO DE CHO (CARBOIDRATO) POR ALIMENTO FOI FEITO COM BASE NA TABELA DE COMPOSIÇÃO DE ALIMENTOS (TACO).						
Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 30/06	Terça-Feira, 01/07	Quarta-Feira, 02/07	Quinta-Feira, 03/07	Sexta-Feira, 04/07	Sábado, 05/07
NOTURNO		• SOPA DE FEIJÃO COM CARNE, BATATA E MACARRÃO G/NOT 300 G CAR 45,90 • MAÇÃ 100 G CAR 15,15	• QUIRERA G/NOT 180 G CAR 43,96 • MOLHO DE FRANGO E ABOBRINHA G/NOT 120 G CAR 5,48 • CAQUI 120 G CAR 23,20	• MACARRÃO PARAFUSO INTEGRAL G/NOT (DIETA) 180 G CAR 54,02 • BOLINHO DE CARNE AO SUGO G/NOT 120 G CAR 6,81 • LARANJA 100 G CAR 8,95		RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 31,93 Lipídios (g): 9,69 Carboidrato (g): 67,82 Cálcio (mg): 51,73 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 11,88 Vitamina C (mg): 38,65 Energia (Kcal): 473,62					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 21/07	Terça-Feira, 22/07	Quarta-Feira, 23/07	Quinta-Feira, 24/07	Sexta-Feira, 25/07	Sábado, 26/07
NOTURNO	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	• SUCO POLPA DE GOIABA DIET 200 ML CAR 17,56 • PÃO DE CENTEIO G/NOT 75 G CAR 36,23 • HAMBÚRGUER DE FRANGO ASSADO 42 G CAR 1,06 • QUEIJO 20 G CAR 0,61 • BANANA 130 G CAR 31,01	• POLENTA G/NOT 180 G CAR 46,14 • MOLHO DE CARNE E CHUCHU G/NOT 120 G CAR 3,29 • MAÇÃ 100 G CAR 15,15	• SOPA DE ARROZ COM FRANGO, BATATA E CENOURA G/NOT 300 G CAR 37,03 • CAQUI 120 G CAR 23,20	• CHÁ DE CAMOMILA 190 ML CAR 9,96 • PÃO INTEGRAL FATIADO G/NOT 75 G CAR 37,46 • QUEIJO 20 G CAR 0,61
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 21,16 Lipídios (g): 9,23 Carboidrato (g): 64,82 Cálcio (mg): 144,18 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 56,98 Vitamina C (mg): 18,92 Energia (Kcal): 415,67					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 28/07	Terça-Feira, 29/07	Quarta-Feira, 30/07	Quinta-Feira, 31/07	Sexta-Feira, 01/08	Sábado, 02/08
NOTURNO	• SOPA DE FEIJÃO COM CARNE, BATATA E MACARRÃO G/NOT 300 G CAR 45,90 • PONKAN 120 G CAR 11,53	• MACARRÃO PARAFUSO INTEGRAL G/NOT (DIETA) 180 G CAR 54,02 • MOLHO DE FRANGO E VAGEM G/NOT 120 G CAR 4,87 • LARANJA 100 G CAR 8,95	• PURÊ DE BATATA G/NOT 160 G CAR 67,85 • MOLHO DE CARNE COM CENOURA E ERVILHA G/NOT 120 G CAR 6,36 • MAÇÃ 100 G CAR 15,15	• SUCO POLPA DE GOIABA DIET 200 ML CAR 17,56 • PÃO DE AVEIA G/NOT 75 G CAR 44,68 • FRANGO PARA PÃO COM TOMATE G/NOT 60 G CAR 1,42		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 36,35 Lipídios (g): 11,26 Carboidrato (g): 69,57 Cálcio (mg): 180,94 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 104,69 Vitamina C (mg): 58,61 Energia (Kcal): 514,94					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 29,62 Lipídios (g): 10,09 Carboidrato (g): 67,37 Cálcio (mg): 132,33 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 62,03 Vitamina C (mg): 38,73 Energia (Kcal): 467,57					