

Observações						
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 • SANDUÍCHE NATURAL LIGHT 100 G	• SOPA DE ARROZ COM FRANGO, ABOBRINHA, BATATA E CENOURA (DIETA) 150 G • BANANA 130 G	• SUCO POLPA DE UVA DIET 200 ML • PÃO DE AVEIA 50 G • CARNE MOÍDA REFOGADA (DIETA) 60 G	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
REGULAR TARDE		• SUCO POLPA DE ABACAXI DIET 200 ML • SANDUÍCHE NATURAL LIGHT 100 G	• SOPA DE ARROZ COM FRANGO, ABOBRINHA, BATATA E CENOURA (DIETA) 150 G • BANANA 130 G	• SUCO POLPA DE UVA DIET 200 ML • PÃO DE AVEIA 50 G • CARNE MOÍDA REFOGADA (DIETA) 60 G	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 28,72 Lipídios (g): 8,23 Carboidrato (g): 92,23 Cálcio (mg): 92,13 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 152,91 Vitamina C (mg): 19,23 Energia (Kcal): 551,20					

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 • FRANGO REFOGADO PARA PÃO (DIETA) 60 G • PÃO DE AVEIA 50 G • REQUEIJÃO LIGHT 15 G	• SAGU DE UVA DIET 150 G • CREME DE LEITE DESNATADO DIET 20 G • MAÇÃ 100 G	• SOPA DE ARROZ COM FRANGO, BATATA E CENOURA (DIETA) 150 G • CAQUI 120 G	• CHÁ DE CAMOMILA DIET 190 ML • PÃO INTEGRAL FATIADO 50 G • REQUEIJÃO LIGHT 15 G
REGULAR TARDE	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	• SUCO POLPA DE GOIABA DIET 200 ML • PÃO DE AVEIA 50 G • FRANGO REFOGADO PARA PÃO (DIETA) 60 G • REQUEIJÃO LIGHT 15 G	• SAGU DE UVA DIET 150 G • CREME DE LEITE DESNATADO DIET 20 G • MAÇÃ 100 G	• SOPA DE ARROZ COM FRANGO, BATATA E CENOURA (DIETA) 150 G • CAQUI 120 G	• CHÁ DE CAMOMILA DIET 190 ML • PÃO INTEGRAL FATIADO 50 G • REQUEIJÃO LIGHT 15 G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 25,31 Lipídios (g): 6,50 Carboidrato (g): 78,83 Cálcio (mg): 251,38 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 66,73 Vitamina C (mg): 27,22 Energia (Kcal): 463,57					

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 (DIETA) 150 G • PONKAN 120 G	• VITAMINA DE MORANGO DIET COM LEITE DESNATADO 180 ML • BOLO DE CHOCOLATE DIET 50 G	• PURÊ DE BATATA (DIETA) 80 G • MOLHO DE CARNE E CENOURA (DIETA) 50 G • CAQUI 120 G	• SUCO POLPA DE MORANGO DIET 200 ML • PÃO DE AVEIA 50 G • FRANGO PARA PÃO COM TOMATE (DIETA) 60 G		
REGULAR TARDE	• SOPA DE FEIJÃO COM CARNE, BATATA E MACARRÃO (DIETA) 150 G • PONKAN 120 G	• VITAMINA DE MORANGO DIET COM LEITE DESNATADO 180 ML • BOLO DE CHOCOLATE DIET 50 G	• PURÊ DE BATATA (DIETA) 80 G • MOLHO DE CARNE E CENOURA (DIETA) 50 G • CAQUI 120 G	• SUCO POLPA DE MORANGO DIET 200 ML • PÃO DE AVEIA 50 G • FRANGO PARA PÃO COM TOMATE (DIETA) 60 G		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 40,70 Lipídios (g): 11,72 Carboidrato (g): 92,95 Cálcio (mg): 460,00 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 141,63 Vitamina C (mg): 76,30 Energia (Kcal): 633,79					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 31,84 Lipídios (g): 8,87 Carboidrato (g): 87,62 Cálcio (mg): 283,81 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 117,47 Vitamina C (mg): 42,89 Energia (Kcal): 549,37					

Observações						
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 (DIETA) 100 G • FEIJÃO PRETO (DIETA) 90 G • BIFE GRELHADO (DIETA) 100 G • CENOURA REFOGADA (DIETA) 30 G • SALADA DE TOMATE COM PEPINO 60 G • SAGU DE UVA DIET 100 G	• ARROZ INTEGRAL (DIETA) 100 G • FEIJÃO CARIOCA (DIETA) 90 G • BOLINHO DE CARNE ASSADO (DIETA) 90 G • MACARRÃO PARAFUSO INTEGRAL AO SUGO (DIETA) 80 G • SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 40 G • PONKAN 80 G	• ARROZ INTEGRAL (DIETA) 100 G • FEIJÃO PRETO (DIETA) 90 G • FRANGO AO MOLHO (DIETA) 110 G • PURÊ DE BATATA (DIETA) 40 G • SALADA DE BETERRABA COZIDA 50 G • LARANJA 100 G	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 39,25 Lipídios (g): 17,31 Carboidrato (g): 84,37 Cálcio (mg): 142,95 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 195,85 Vitamina C (mg): 58,31 Energia (Kcal): 645,26					

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 (DIETA) 100 G • FEIJÃO PRETO (DIETA) 90 G • ISCAS DE CARNE AO SUGO (DIETA) 110 G • BATATA REFOGADA (DIETA) 50 G • SALADA DE ALFACE 15 G • MAMÃO FATIADO 85 G	• ARROZ INTEGRAL (DIETA) 100 G • FEIJÃO CARIOCA (DIETA) 90 G • PEITO DE FRANGO GRELHADO (DIETA) 80 G • CHUCHU REFOGADO (DIETA) 50 G • SALADA DE TOMATE COM LIMÃO 60 G • CAQUI 120 G	• ARROZ INTEGRAL (DIETA) 100 G • FEIJÃO PRETO (DIETA) 90 G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS (DIETA) 80 G • PURÊ DE AIPIM (DIETA) 65 G • SALADA DE PEPINO COM CHEIRO VERDE 40 G • MELÃO 150 G	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 39,60 Lipídios (g): 9,30 Carboidrato (g): 87,56 Cálcio (mg): 75,73 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 120,90 Vitamina C (mg): 68,61 Energia (Kcal): 587,59					

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 (DIETA) 100 G ● FEIJÃO CARIOCA (DIETA) 90 G ● ALMÔNDegas DE FRANGO ASSADAS AO SUGO (DIETA) 100 G ● FAROFA DE COUVE (DIETA) 30 G ● SALADA DE BETERRABA RALADA 25 G ● MANGA PICADA 100 G	● ARROZ INTEGRAL (DIETA) 100 G ● FEIJÃO PRETO (DIETA) 90 G ● PICADINHO DE CARNE (DIETA) 100 G ● CENOURA REFOGADA (DIETA) 30 G ● SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 40 G ● MAMÃO FATIADO 85 G	● ARROZ INTEGRAL (DIETA) 100 G ● FEIJÃO CARIOCA (DIETA) 90 G ● FRANGO ASSADO SEM PELE (DIETA) 110 G ● ABOBRINHA REFOGADA (DIETA) 35 G ● SALADA DE COUVE-FLOR COM LIMÃO 30 G ● LARANJA 100 G	● ARROZ INTEGRAL (DIETA) 100 G ● FEIJÃO PRETO (DIETA) 90 G ● CARNE MOÍDA REFOGADA (DIETA) 80 G ● MACARRÃO PARAFUSO INTEGRAL ALHO E ÓLEO (DIETA) 80 G ● SALADA DE CENOURA RALADA COM LIMÃO 25 G ● CAQUI 120 G		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 37,72 Lipídios (g): 14,38 Carboidrato (g): 83,42 Cálcio (mg): 94,77 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 276,25 Vitamina C (mg): 65,50 Energia (Kcal): 605,62					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 38,74 Lipídios (g): 13,74 Carboidrato (g): 84,95 Cálcio (mg): 103,51 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 205,52 Vitamina C (mg): 64,28 Energia (Kcal): 612,11					

Observações						
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 (DIETA) 100 G • FEIJÃO PRETO (DIETA) 90 G • BOLINHO DE CARNE ASSADO (DIETA) 90 G • MACARRÃO PARAFUSO INTEGRAL AO SUGO (DIETA) 80 G • SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 40 G • PONKAN 80 G	• ARROZ INTEGRAL (DIETA) 100 G • FEIJÃO CARIOCA (DIETA) 90 G • FRANGO AO MOLHO (DIETA) 110 G • PURÊ DE BATATA (DIETA) 40 G • SALADA DE BETERRABA COZIDA 50 G • LARANJA 100 G	• ARROZ INTEGRAL (DIETA) 100 G • FEIJÃO PRETO (DIETA) 90 G • BIFE GRELHADO (DIETA) 100 G • CENOURA REFOGADA (DIETA) 30 G • SALADA DE TOMATE COM PEPINO 60 G • SAGU DE UVA DIET 100 G	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 39,25 Lipídios (g): 17,31 Carboidrato (g): 84,37 Cálcio (mg): 142,95 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 195,85 Vitamina C (mg): 58,31 Energia (Kcal): 645,26					

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 (DIETA) 100 G • FEIJÃO PRETO (DIETA) 90 G • PEITO DE FRANGO GRELHADO (DIETA) 80 G • CHUCHU REFOGADO (DIETA) 50 G • SALADA DE TOMATE COM LIMÃO 60 G • CAQUI 120 G	• ARROZ INTEGRAL (DIETA) 100 G • FEIJÃO CARIOCA (DIETA) 90 G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS (DIETA) 80 G • PURÊ DE AIPIM (DIETA) 65 G • SALADA DE PEPINO COM CHEIRO VERDE 40 G • MAMÃO FATIADO 85 G	• ARROZ INTEGRAL (DIETA) 100 G • FEIJÃO PRETO (DIETA) 90 G • ISCAS DE CARNE AO SUGO (DIETA) 110 G • BATATA REFOGADA (DIETA) 50 G • SALADA DE ALFACE 15 G • LARANJA 100 G	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 39,53 Lipídios (g): 9,35 Carboidrato (g): 85,95 Cálcio (mg): 81,28 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 50,81 Vitamina C (mg): 81,22 Energia (Kcal): 581,94					

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 (DIETA) 100 G • FEIJÃO CARIOCA (DIETA) 90 G • FRANGO ASSADO SEM PELE (DIETA) 110 G • ABOBRINHA REFOGADA (DIETA) 35 G • SALADA DE COUVE-FLOR COM LIMÃO 30 G • LARANJA 100 G	• ARROZ INTEGRAL (DIETA) 100 G • FEIJÃO PRETO (DIETA) 90 G • CARNE MOÍDA REFOGADA (DIETA) 80 G • MACARRÃO PARAFUSO INTEGRAL ALHO E ÓLEO (DIETA) 80 G • SALADA DE CENOURA RALADA COM LIMÃO 25 G • CAQUI 120 G	• ARROZ INTEGRAL (DIETA) 100 G • FEIJÃO CARIOCA (DIETA) 90 G • PICADINHO DE CARNE (DIETA) 100 G • CENOURA REFOGADA (DIETA) 30 G • SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 40 G • MAMÃO FATIADO 85 G	• ARROZ INTEGRAL (DIETA) 100 G • FEIJÃO PRETO (DIETA) 90 G • FRANGO AO MOLHO (DIETA) 110 G • BATATA DOCE ASSADA 50 G • SALADA DE ALFACE COM TOMATE 25 G • BANANA 130 G		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 38,64 Lipídios (g): 19,25 Carboidrato (g): 85,12 Cálcio (mg): 90,17 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 965,27 Vitamina C (mg): 64,92 Energia (Kcal): 660,05					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 39,09 Lipídios (g): 15,69 Carboidrato (g): 85,14 Cálcio (mg): 103,34 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 460,10 Vitamina C (mg): 67,83 Energia (Kcal): 632,18					

Observações						
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 (DIETA) 100 G • FEIJÃO PRETO (DIETA) 90 G • FRANGO AO MOLHO (DIETA) 110 G • PURÊ DE BATATA (DIETA) 40 G • SALADA DE BETERRABA COZIDA 50 G • LARANJA 100 G	• ARROZ INTEGRAL (DIETA) 100 G • FEIJÃO CARIOCA (DIETA) 90 G • BIFE GRELHADO (DIETA) 100 G • AIPIM COM MOLHO (DIETA) 100 G • SALADA DE TOMATE COM PEPINO 60 G • SAGU DE UVA DIET 100 G	• ARROZ INTEGRAL (DIETA) 100 G • FEIJÃO PRETO (DIETA) 90 G • BOLINHO DE CARNE ASSADO (DIETA) 90 G • MACARRÃO PARAFUSO INTEGRAL AO SUGO (DIETA) 80 G • SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 40 G • PONKAN 80 G	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 39,62 Lipídios (g): 17,37 Carboidrato (g): 100,23 Cálcio (mg): 146,29 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 50,64 Vitamina C (mg): 65,59 Energia (Kcal): 709,14					

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 (DIETA) 100 G • FEIJÃO PRETO (DIETA) 90 G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS (DIETA) 80 G • PURÊ DE AIPIM (DIETA) 65 G • SALADA DE PEPINO COM CHEIRO VERDE 40 G • MELÃO 150 G	• ARROZ INTEGRAL (DIETA) 100 G • FEIJÃO CARIOCA (DIETA) 90 G • ISCAS DE CARNE AO SUGO (DIETA) 110 G • BATATA REFOGADA (DIETA) 50 G • SALADA DE ALFACE 15 G • MAMÃO FATIADO 85 G	• ARROZ INTEGRAL (DIETA) 100 G • FEIJÃO PRETO (DIETA) 90 G • PEITO DE FRANGO GRELHADO (DIETA) 80 G • CHUCHU REFOGADO (DIETA) 50 G • SALADA DE TOMATE COM LIMÃO 60 G • CAQUI 120 G	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 39,60 Lipídios (g): 9,30 Carboidrato (g): 87,56 Cálcio (mg): 75,73 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 120,90 Vitamina C (mg): 68,61 Energia (Kcal): 587,59					

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 (DIETA) 100 G ● FEIJÃO CARIOCA (DIETA) 90 G ● FRANGO AO MOLHO (DIETA) 110 G ● BATATA DOCE ASSADA 50 G ● SALADA DE ALFACE COM TOMATE 25 G ● BANANA 130 G	● ARROZ INTEGRAL (DIETA) 100 G ● FEIJÃO PRETO (DIETA) 90 G ● FRANGO ASSADO SEM PELE (DIETA) 110 G ● ABOBRINHA REFOGADA (DIETA) 35 G ● SALADA DE COUVE-FLOR COM LIMÃO 30 G ● LARANJA 100 G	● ARROZ INTEGRAL (DIETA) 100 G ● FEIJÃO CARIOCA (DIETA) 90 G ● CARNE MOÍDA REFOGADA (DIETA) 80 G ● MACARRÃO PARAFUSO INTEGRAL ALHO E ÓLEO (DIETA) 80 G ● SALADA DE CENOURA RALADA COM LIMÃO 25 G ● CAQUI 120 G	● ARROZ INTEGRAL (DIETA) 100 G ● FEIJÃO PRETO (DIETA) 90 G ● ALMÔNDegas DE FRANGO ASSADAS AO SUGO (DIETA) 100 G ● FAROFA DE COUVE (DIETA) 30 G ● SALADA DE BETERRABA COM LIMÃO 50 G ● MANGA PICADA 100 G		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 39,57 Lipídios (g): 19,74 Carboidrato (g): 94,02 Cálcio (mg): 92,70 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 893,08 Vitamina C (mg): 47,57 Energia (Kcal): 700,64					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 39,59 Lipídios (g): 15,90 Carboidrato (g): 93,94 Cálcio (mg): 103,69 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 408,69 Vitamina C (mg): 59,29 Energia (Kcal): 669,28					

Observações						
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 (DIETA) 100 G • FEIJÃO PRETO (DIETA) 90 G • FRANGO AO MOLHO (DIETA) 110 G • CHUCHU REFOGADO (DIETA) 50 G • SALADA DE AGRIÃO COM TOMATE 20 G • SAGU DE UVA DIET 100 G	• ARROZ INTEGRAL (DIETA) 100 G • FEIJÃO CARIOCA (DIETA) 90 G • CARNE MOÍDA REFOGADA (DIETA) 80 G • MACARRÃO PARAFUSO INTEGRAL AO SUGO (DIETA) 80 G • SALADA DE TOMATE COM PEPINO 60 G • SALADA DE FRUTAS SEM ABACAXI 100 G	• ARROZ INTEGRAL (DIETA) 100 G • FEIJÃO PRETO (DIETA) 90 G • ALMÔNDEGAS DE CARNE ASSADAS AO SUGO (DIETA) 100 G • PURÊ DE BATATA (DIETA) 40 G • SALADA DE BETERRABA COZIDA 50 G • MAÇÃ 100 G	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 40,96 Lipídios (g): 16,59 Carboidrato (g): 91,30 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 117,48 Vitamina C (mg): 37,14 Energia (Kcal): 666,28					

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 (DIETA) 100 G • FEIJÃO PRETO (DIETA) 90 G • ISCAS DE CARNE AO SUGO (DIETA) 110 G • BATATA REFOGADA (DIETA) 50 G • SALADA DE ALFACE 15 G • SALADA DE FRUTAS SEM ABACAXI 100 G	• ARROZ INTEGRAL (DIETA) 100 G • FEIJÃO CARIOCA (DIETA) 90 G • PEITO DE FRANGO GRELHADO (DIETA) 80 G • CHUCHU REFOGADO (DIETA) 50 G • SALADA DE TOMATE COM LIMÃO 60 G • MANGA PICADA 100 G	• ARROZ INTEGRAL (DIETA) 100 G • FEIJÃO PRETO (DIETA) 90 G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS (DIETA) 80 G • PURÊ DE AIPIM (DIETA) 65 G • SALADA DE PEPINO COM CHEIRO VERDE 40 G • MELÃO 150 G	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 40,16 Lipídios (g): 9,38 Carboidrato (g): 91,07 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 168,05 Vitamina C (mg): 45,92 Energia (Kcal): 602,80					

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 (DIETA) 100 G • FEIJÃO CARIOCA (DIETA) 90 G • ALMÔNDegas DE FRANGO ASSADAS AO SUGO (DIETA) 100 G • FAROFA DE COUVE (DIETA) 30 G • SALADA DE BETERRABA RALADA 25 G • MANGA PICADA 100 G	• ARROZ INTEGRAL (DIETA) 100 G • FEIJÃO PRETO (DIETA) 90 G • PICADINHO DE CARNE (DIETA) 100 G • CENOURA REFOGADA (DIETA) 30 G • SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 40 G • SALADA DE FRUTAS SEM ABACAXI 100 G	• ARROZ INTEGRAL (DIETA) 100 G • FEIJÃO CARIOCA (DIETA) 90 G • ISCAS DE FRANGO AO SUGO (DIETA) 110 G • ABOBRINHA REFOGADA (DIETA) 35 G • SALADA DE COUVE-FLOR COM LIMÃO 30 G • BANANA 130 G	• ARROZ INTEGRAL (DIETA) 100 G • FEIJÃO PRETO (DIETA) 90 G • CARNE MOÍDA REFOGADA (DIETA) 80 G • MACARRÃO PARAFUSO INTEGRAL ALHO E ÓLEO (DIETA) 80 G • SALADA DE CENOURA RALADA COM LIMÃO 25 G • MAÇÃ 100 G		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 39,08 Lipídios (g): 8,91 Carboidrato (g): 91,37 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 280,79 Vitamina C (mg): 35,51 Energia (Kcal): 589,25					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 39,97 Lipídios (g): 11,36 Carboidrato (g): 91,26 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 197,97 Vitamina C (mg): 39,12 Energia (Kcal): 616,42					

Observações						
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 • SANDUÍCHE NATURAL LIGHT 100 G	• SOPA DE ARROZ COM FRANGO, ABOBRINHA, BATATA E CENOURA (DIETA) 150 G • BANANA 130 G	• SUCO POLPA DE UVA DIET 200 ML • PÃO DE AVEIA 50 G • CARNE MOÍDA REFOGADA (DIETA) 60 G	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
REGULAR TARDE		• SUCO POLPA DE ABACAXI DIET 200 ML • SANDUÍCHE NATURAL LIGHT 100 G	• SOPA DE ARROZ COM FRANGO, ABOBRINHA, BATATA E CENOURA (DIETA) 150 G • BANANA 130 G	• SUCO POLPA DE UVA DIET 200 ML • PÃO DE AVEIA 50 G • CARNE MOÍDA REFOGADA (DIETA) 60 G	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 28,72 Lipídios (g): 8,23 Carboidrato (g): 92,23 Cálcio (mg): 92,13 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 152,91 Vitamina C (mg): 19,23 Energia (Kcal): 551,20					

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 • PÃO DE AVEIA 50 G • FRANGO REFOGADO PARA PÃO (DIETA) 60 G • REQUEIJÃO LIGHT 15 G	• SAGU DE UVA DIET 150 G • CREME DE LEITE DESNATADO DIET 20 G • MAÇÃ 100 G	• SOPA DE ARROZ COM FRANGO, BATATA E CENOURA (DIETA) 150 G • CAQUI 120 G	• CHÁ DE CAMOMILA DIET 190 ML • PÃO INTEGRAL FATIADO 50 G • REQUEIJÃO LIGHT 15 G
REGULAR TARDE	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	• SUCO POLPA DE GOIABA DIET 200 ML • PÃO DE AVEIA 50 G • FRANGO REFOGADO PARA PÃO (DIETA) 60 G • REQUEIJÃO LIGHT 15 G	• SAGU DE UVA DIET 150 G • CREME DE LEITE DESNATADO DIET 20 G • MAÇÃ 100 G	• SOPA DE ARROZ COM FRANGO, BATATA E CENOURA (DIETA) 150 G • CAQUI 120 G	• CHÁ DE CAMOMILA DIET 190 ML • PÃO INTEGRAL FATIADO 50 G • REQUEIJÃO LIGHT 15 G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 25,31 Lipídios (g): 6,50 Carboidrato (g): 78,83 Cálcio (mg): 251,38 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 66,73 Vitamina C (mg): 27,22 Energia (Kcal): 463,57					

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 (DIETA) 150 G • PONKAN 120 G	• VITAMINA DE MORANGO DIET COM LEITE DESNATADO 180 ML • BOLO DE CHOCOLATE DIET 50 G	• PURÊ DE BATATA (DIETA) 80 G • MOLHO DE CARNE E CENOURA (DIETA) 50 G • CAQUI 120 G	• SUCO POLPA DE MORANGO DIET 200 ML • PÃO DE AVEIA 50 G • FRANGO PARA PÃO COM TOMATE (DIETA) 60 G		
REGULAR TARDE	• SOPA DE FEIJÃO COM CARNE, BATATA E MACARRÃO (DIETA) 150 G • PONKAN 120 G	• VITAMINA DE MORANGO DIET COM LEITE DESNATADO 180 ML • BOLO DE CHOCOLATE DIET 50 G	• PURÊ DE BATATA (DIETA) 80 G • MOLHO DE CARNE E CENOURA (DIETA) 50 G • CAQUI 120 G	• SUCO POLPA DE MORANGO DIET 200 ML • PÃO DE AVEIA 50 G • FRANGO PARA PÃO COM TOMATE (DIETA) 60 G		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 40,70 Lipídios (g): 11,72 Carboidrato (g): 92,95 Cálcio (mg): 460,00 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 141,63 Vitamina C (mg): 76,30 Energia (Kcal): 633,79					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 31,84 Lipídios (g): 8,87 Carboidrato (g): 87,62 Cálcio (mg): 283,81 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 117,47 Vitamina C (mg): 42,89 Energia (Kcal): 549,37					

Observações						
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 DESNATADO COM CHOCOLATE EM PÓ DIET 190 ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 50 G • CAQUI 120 G	• CHÁ DE CAMOMILA DIET 190 ML • PÃO INTEGRAL FATIADO 50 G • REQUEIJÃO LIGHT 15 G • MAÇÃ 100 G	• LEITE DESNATADO COM AROMA DE COCO DIET 190 ML • BOLO DE CENOURA DIET 50 G	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
INTEGRAL TARDE		• LEITE DESNATADO COM CHOCOLATE EM PÓ DIET 190 ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 50 G • CAQUI 120 G	• CHÁ DE CAMOMILA DIET 190 ML • PÃO INTEGRAL FATIADO 50 G • REQUEIJÃO LIGHT 15 G • MAÇÃ 100 G	• LEITE DESNATADO COM AROMA DE COCO DIET 190 ML • BOLO DE CENOURA DIET 50 G	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 22,86 Lipídios (g): 10,80 Carboidrato (g): 108,67 Cálcio (mg): 583,70 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 183,27 Vitamina C (mg): 25,70 Energia (Kcal): 605,03					

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 • CHINEQUE DE UVA DIET 60 G • BANANA 130 G	• VITAMINA DE MORANGO DIET COM LEITE DESNATADO 180 ML • PÃO DE CENTEIO 50 G • REQUEIJÃO LIGHT 15 G	• LEITE DESNATADO COM CHOCOLATE EM PÓ DIET 190 ML • PÃO DE CENTEIO 50 G • REQUEIJÃO LIGHT 15 G	• CHÁ DE CAMOMILA DIET 190 ML • PÃO INTEGRAL FATIADO 50 G • REQUEIJÃO LIGHT 15 G
INTEGRAL TARDE	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	• CHÁ DE HORTELÃ DIET 190 ML • CHINEQUE DE UVA DIET 60 G • BANANA 130 G	• VITAMINA DE MORANGO DIET COM LEITE DESNATADO 180 ML • PÃO DE CENTEIO 50 G • REQUEIJÃO LIGHT 15 G	• LEITE DESNATADO COM CHOCOLATE EM PÓ DIET 190 ML • PÃO DE CENTEIO 50 G • REQUEIJÃO LIGHT 15 G	• CHÁ DE CAMOMILA DIET 190 ML • PÃO INTEGRAL FATIADO 50 G • REQUEIJÃO LIGHT 15 G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 21,15 Lipídios (g): 8,05 Carboidrato (g): 87,10 Cálcio (mg): 476,55 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 100,78 Vitamina C (mg): 4,01 Energia (Kcal): 489,50					

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 DESNATADO COM AROMA DE COCO DIET 190 ML • PÃO DE CENTEIO 50 G • REQUEIJÃO LIGHT 15 G	• CHÁ DE CAMOMILA DIET 190 ML • BOLO DE ABACAXI E CANELA DIET 50 G • MAMÃO FATIADO 85 G	• LEITE DESNATADO COM CHOCOLATE EM PÓ DIET 190 ML • PÃO DE CENTEIO 50 G • REQUEIJÃO LIGHT 15 G	• IOGURTE DE MORANGO DESNATADO DIET 180 G • BISCOITO DOCE DIET 50 G • MAÇÃ 100 G		
INTEGRAL TARDE	• LEITE DESNATADO COM AROMA DE COCO DIET 190 ML • PÃO DE CENTEIO 50 G • REQUEIJÃO LIGHT 15 G	• CHÁ DE CAMOMILA DIET 190 ML • BOLO DE ABACAXI E CANELA DIET 50 G • MAMÃO FATIADO 85 G	• LEITE DESNATADO COM CHOCOLATE EM PÓ DIET 190 ML • PÃO DE CENTEIO 50 G • REQUEIJÃO LIGHT 15 G	• IOGURTE DE MORANGO DESNATADO DIET 180 G • BISCOITO DOCE DIET 50 G • MAÇÃ 100 G		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 23,63 Lipídios (g): 17,03 Carboidrato (g): 90,85 Cálcio (mg): 594,77 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 296,30 Vitamina C (mg): 59,08 Energia (Kcal): 546,58					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 22,52 Lipídios (g): 12,06 Carboidrato (g): 94,35 Cálcio (mg): 548,76 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 194,38 Vitamina C (mg): 29,95 Energia (Kcal): 541,76					

Observações						
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 • PÃO INTEGRAL FATIADO 50 G • REQUEIJÃO LIGHT 15 G • MAÇÃ 100 G	• LEITE DESNATADO COM AROMA DE COCO DIET 190 ML • BOLO DE CENOURA DIET 50 G	• LEITE DESNATADO COM CHOCOLATE EM PÓ DIET 190 ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 50 G • CAQUI 120 G	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
INTEGRAL TARDE		• CHÁ DE CAMOMILA DIET 190 ML • PÃO INTEGRAL FATIADO 50 G • REQUEIJÃO LIGHT 15 G • MAÇÃ 100 G	• LEITE DESNATADO COM AROMA DE COCO DIET 190 ML • BOLO DE CENOURA DIET 50 G	• LEITE DESNATADO COM CHOCOLATE EM PÓ DIET 190 ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 50 G • CAQUI 120 G	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 22,86 Lipídios (g): 10,80 Carboidrato (g): 108,67 Cálcio (mg): 583,70 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 183,27 Vitamina C (mg): 25,70 Energia (Kcal): 605,03					

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 COM LEITE DESNATADO 180 ML • PÃO DE CENTEIO 50 G • REQUEIJÃO LIGHT 15 G	• LEITE DESNATADO COM CHOCOLATE EM PÓ DIET 190 ML • PÃO DE CENTEIO 50 G • REQUEIJÃO LIGHT 15 G	• CHÁ DE HORTELÃ DIET 190 ML • CHINEQUE DE UVA DIET 60 G • BANANA 130 G	• CHÁ DE CAMOMILA DIET 190 ML • PÃO INTEGRAL FATIADO 50 G • REQUEIJÃO LIGHT 15 G
INTEGRAL TARDE	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	• VITAMINA DE MORANGO DIET COM LEITE DESNATADO 180 ML • PÃO DE CENTEIO 50 G • REQUEIJÃO LIGHT 15 G	• LEITE DESNATADO COM CHOCOLATE EM PÓ DIET 190 ML • PÃO DE CENTEIO 50 G • REQUEIJÃO LIGHT 15 G	• CHÁ DE HORTELÃ DIET 190 ML • CHINEQUE DE UVA DIET 60 G • BANANA 130 G	• CHÁ DE CAMOMILA DIET 190 ML • PÃO INTEGRAL FATIADO 50 G • REQUEIJÃO LIGHT 15 G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 21,15 Lipídios (g): 8,05 Carboidrato (g): 87,10 Cálcio (mg): 476,55 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 100,78 Vitamina C (mg): 4,01 Energia (Kcal): 489,50					

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	• REQUEIJÃO LIGHT 15 G • PÃO DE CENTEIO 50 G • LEITE DESNATADO COM CHOCOLATE EM PÓ DIET 190 ML	• BISCOITO DOCE DIET 50 G • MAÇÃ 100 G • IOGURTE DE MORANGO DESNATADO DIET 180 G	• BOLO DE ABACAXI E CANELA DIET 50 G • MAMÃO FATIADO 85 G • CHÁ DE CAMOMILA DIET 190 ML	• PÃO DE AVEIA 50 G • REQUEIJÃO LIGHT 15 G • CHÁ DE HORTELÃ DIET 190 ML		
INTEGRAL TARDE	• LEITE DESNATADO COM CHOCOLATE EM PÓ DIET 190 ML • PÃO DE CENTEIO 50 G • REQUEIJÃO LIGHT 15 G	• BISCOITO DOCE DIET 50 G • IOGURTE DE MORANGO DESNATADO DIET 180 G • MAÇÃ 100 G	• BOLO DE ABACAXI E CANELA DIET 50 G • CHÁ DE CAMOMILA DIET 190 ML • MAMÃO FATIADO 85 G	• PÃO DE AVEIA 50 G • CHÁ DE HORTELÃ DIET 190 ML • REQUEIJÃO LIGHT 15 G		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 20,78 Lipídios (g): 17,52 Carboidrato (g): 87,85 Cálcio (mg): 453,77 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 263,63 Vitamina C (mg): 58,98 Energia (Kcal): 527,71					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 21,48 Lipídios (g): 12,24 Carboidrato (g): 93,25 Cálcio (mg): 497,49 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 182,50 Vitamina C (mg): 29,92 Energia (Kcal): 534,90					

Observações						
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 DESNATADO COM AROMA DE COCO DIET 190 ML • BOLO DE CENOURA DIET 50 G	• LEITE DESNATADO COM CHOCOLATE EM PÓ DIET 190 ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 50 G • CAQUI 120 G	• CHÁ DE CAMOMILA DIET 190 ML • PÃO INTEGRAL FATIADO 50 G • REQUEIJÃO LIGHT 15 G • MAÇÃ 100 G	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
INTEGRAL TARDE		• LEITE DESNATADO COM AROMA DE COCO DIET 190 ML • BOLO DE CENOURA DIET 50 G	• LEITE DESNATADO COM CHOCOLATE EM PÓ DIET 190 ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 50 G • CAQUI 120 G	• CHÁ DE CAMOMILA DIET 190 ML • PÃO INTEGRAL FATIADO 50 G • REQUEIJÃO LIGHT 15 G • MAÇÃ 100 G	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 22,86 Lipídios (g): 10,80 Carboidrato (g): 108,67 Cálcio (mg): 583,70 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 183,27 Vitamina C (mg): 25,70 Energia (Kcal): 605,03					

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 DESNATADO COM CHOCOLATE EM PÓ DIET 190 ML • PÃO DE CENTEIO 50 G • REQUEIJÃO LIGHT 15 G	• CHÁ DE HORTELÃ DIET 190 ML • CHINEQUE DE UVA DIET 60 G • BANANA 130 G	• VITAMINA DE MORANGO DIET COM LEITE DESNATADO 180 ML • PÃO DE CENTEIO 50 G • REQUEIJÃO LIGHT 15 G	• CHÁ DE CAMOMILA DIET 190 ML • PÃO INTEGRAL FATIADO 50 G • REQUEIJÃO LIGHT 15 G
INTEGRAL TARDE	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	• LEITE DESNATADO COM CHOCOLATE EM PÓ DIET 190 ML • PÃO DE CENTEIO 50 G • REQUEIJÃO LIGHT 15 G	• CHÁ DE HORTELÃ DIET 190 ML • CHINEQUE DE UVA DIET 60 G • BANANA 130 G	• VITAMINA DE MORANGO DIET COM LEITE DESNATADO 180 ML • PÃO DE CENTEIO 50 G • REQUEIJÃO LIGHT 15 G	• CHÁ DE CAMOMILA DIET 190 ML • PÃO INTEGRAL FATIADO 50 G • REQUEIJÃO LIGHT 15 G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 21,15 Lipídios (g): 8,05 Carboidrato (g): 87,10 Cálcio (mg): 476,55 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 100,78 Vitamina C (mg): 4,01 Energia (Kcal): 489,50					

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 ● PÃO DE AVEIA 50 G ● REQUEIJÃO LIGHT 15 G	● LEITE DESNATADO COM CHOCOLATE EM PÓ DIET 190 ML ● PÃO DE CENTEIO 50 G ● REQUEIJÃO LIGHT 15 G	● IOGURTE DE MORANGO DESNATADO DIET 180 G ● BISCOITO DOCE DIET 50 G ● MAÇÃ 100 G	● LEITE DESNATADO COM AROMA DE COCO DIET 190 ML ● PÃO DE CENTEIO 50 G ● REQUEIJÃO LIGHT 15 G		
INTEGRAL TARDE	● CHÁ DE HORTELÃ DIET 190 ML ● PÃO DE AVEIA 50 G ● REQUEIJÃO LIGHT 15 G	● LEITE DESNATADO COM CHOCOLATE EM PÓ DIET 190 ML ● PÃO DE CENTEIO 50 G ● REQUEIJÃO LIGHT 15 G	● IOGURTE DE MORANGO DESNATADO DIET 180 G ● BISCOITO DOCE DIET 50 G ● MAÇÃ 100 G	● LEITE DESNATADO COM AROMA DE COCO DIET 190 ML ● PÃO DE CENTEIO 50 G ● REQUEIJÃO LIGHT 15 G		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 23,26 Lipídios (g): 13,54 Carboidrato (g): 85,97 Cálcio (mg): 578,46 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 233,39 Vitamina C (mg): 14,01 Energia (Kcal): 501,73					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 22,38 Lipídios (g): 10,80 Carboidrato (g): 92,57 Cálcio (mg): 542,83 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 171,50 Vitamina C (mg): 13,56 Energia (Kcal): 525,46					

Observações						
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 • PÃO INTEGRAL FATIADO 50 G • REQUEIJÃO LIGHT 15 G	• LEITE DESNATADO 190 ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 50 G • BANANA 130 G	• LEITE DESNATADO COM AROMA DE COCO DIET 190 ML • BOLO DE CENOURA DIET 50 G	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 11,53 Lipídios (g): 5,31 Carboidrato (g): 49,35 Cálcio (mg): 285,57 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 95,65 Vitamina C (mg): 2,74 Energia (Kcal): 283,15					

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
INTEGRAL MANHÃ	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	• CHÁ DE HORTELÃ DIET 190 ML • CHINEQUE DE UVA DIET 60 G • BANANA 130 G	• VITAMINA DE MORANGO DIET COM LEITE DESNATADO 180 ML • PÃO DE CENTEIO 50 G • REQUEIJÃO LIGHT 15 G	• LEITE DESNATADO COM CHOCOLATE EM PÓ DIET 190 ML • PÃO DE CENTEIO 50 G • REQUEIJÃO LIGHT 15 G	• CHÁ DE CAMOMILA DIET 190 ML • PÃO INTEGRAL FATIADO 50 G • REQUEIJÃO LIGHT 15 G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 10,57 Lipídios (g): 4,02 Carboidrato (g): 43,55 Cálcio (mg): 238,27 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 50,39 Vitamina C (mg): 2,00 Energia (Kcal): 244,75					

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 DESNATADO COM AROMA DE COCO DIET 190 ML • PÃO DE CENTEIO 50 G • REQUEIJÃO LIGHT 15 G	• CHÁ DE CAMOMILA DIET 190 ML • BOLO DE ABACAXI E CANELA DIET 50 G • MAMÃO FATIADO 85 G	• LEITE DESNATADO COM CHOCOLATE EM PÓ DIET 190 ML • REQUEIJÃO LIGHT 15 G • PÃO DE CENTEIO 50 G	• IOGURTE DE MORANGO DESNATADO DIET 180 G • BISCOITO DOCE DIET 50 G • BANANA 130 G		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 12,20 Lipídios (g): 8,55 Carboidrato (g): 49,39 Cálcio (mg): 298,01 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 151,70 Vitamina C (mg): 30,84 Energia (Kcal): 289,16					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 11,42 Lipídios (g): 6,02 Carboidrato (g): 47,26 Cálcio (mg): 272,90 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 99,57 Vitamina C (mg): 12,69 Energia (Kcal): 271,37					

Observações						
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 UVA DIET 200 ML • PÃO DE AVEIA 50 G • CARNE MOÍDA REFOGADA (DIETA) 60 G	• SUCO POLPA DE ABACAXI DIET 200 ML • SANDUÍCHE NATURAL LIGHT 100 G	• SOPA DE ARROZ COM FRANGO, ABOBRINHA, BATATA E CENOURA (DIETA) 150 G • BANANA 130 G	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 14,36 Lipídios (g): 4,12 Carboidrato (g): 46,11 Cálcio (mg): 46,07 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 76,45 Vitamina C (mg): 9,61 Energia (Kcal): 275,60					

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 (DIETA) 150 G • CAQUI 120 G	• SUCO POLPA DE GOIABA DIET 200 ML • PÃO DE AVEIA 50 G • FRANGO REFOGADO PARA PÃO (DIETA) 60 G • REQUEIJÃO LIGHT 15 G	• SAGU DE UVA DIET 150 G • CREME DE LEITE DESNATADO DIET 20 G • MAÇÃ 100 G	• CHÁ DE CAMOMILA DIET 190 ML • PÃO INTEGRAL FATIADO 50 G • REQUEIJÃO LIGHT 15 G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 12,66 Lipídios (g): 3,25 Carboidrato (g): 39,41 Cálcio (mg): 125,69 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 33,36 Vitamina C (mg): 13,61 Energia (Kcal): 231,78					

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	• SUCO POLPA DE TANGERINA DIET 200 ML • PÃO DE AVEIA 50 G • FRANGO PARA PÃO COM TOMATE (DIETA) 60 G	• PURÊ DE BATATA (DIETA) 80 G • MOLHO DE CARNE E CENOURA (DIETA) 50 G • CAQUI 120 G	• RISOTO INTEGRAL DE CARNE E BRÓCOLIS (DIETA) 150 G • BANANA 130 G	• VITAMINA DE MORANGO DIET COM LEITE DESNATADO 180 ML • BOLO DE CHOCOLATE DIET 50 G		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 20,36 Lipídios (g): 6,31 Carboidrato (g): 53,07 Cálcio (mg): 231,79 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 108,33 Vitamina C (mg): 27,93 Energia (Kcal): 338,71					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 15,92 Lipídios (g): 4,60 Carboidrato (g): 46,21 Cálcio (mg): 142,56 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 72,38 Vitamina C (mg): 17,73 Energia (Kcal): 282,62					

Observações						
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 DESNATADO DIET 180 G • MAÇÃ 100 G • BOLO DE CHOCOLATE DIET G/NOT 100 G	• SUCO POLPA DE ABACAXI DIET 200 ML • SANDUÍCHE NATURAL LIGHT G/NOT 150 G	• BANANA 130 G • SOPA DE ARROZ COM FRANGO, ABOBRINHA, BATATA E CENOURA G/NOT (DIETA) 300 G	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
REGULAR TARDE		• IOGURTE DE MORANGO DESNATADO DIET 180 G • MAÇÃ 100 G • BOLO DE CHOCOLATE DIET G/NOT 100 G	• SUCO POLPA DE ABACAXI DIET 200 ML • SANDUÍCHE NATURAL LIGHT G/NOT 150 G	• BANANA 130 G • SOPA DE ARROZ COM FRANGO, ABOBRINHA, BATATA E CENOURA G/NOT (DIETA) 300 G	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 40,65 Lipídios (g): 27,67 Carboidrato (g): 153,96 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 556,15 Vitamina C (mg): 49,75 Energia (Kcal): 958,58					

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 • FRANGO REFOGADO PARA PÃO (DIETA) 60 G • REQUEIJÃO LIGHT 15 G • PÃO DE AVEIA G/NOT 75 G	• SAGU DE UVA DIET 150 G • CREME DE LEITE DESNATADO DIET 20 G • MAÇÃ 100 G	• CAQUI 120 G • SOPA DE ARROZ COM FRANGO, BATATA E CENOURA G/NOT (DIETA) 300 G	• CHÁ DE CAMOMILA DIET 190 ML • REQUEIJÃO LIGHT 15 G • PÃO INTEGRAL FATIADO G/NOT 75 G
REGULAR TARDE	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	• SUCO POLPA DE GOIABA DIET 200 ML • FRANGO REFOGADO PARA PÃO (DIETA) 60 G • REQUEIJÃO LIGHT 15 G • PÃO DE AVEIA G/NOT 75 G	• SAGU DE UVA DIET 150 G • CREME DE LEITE DESNATADO DIET 20 G • MAÇÃ 100 G	• CAQUI 120 G • SOPA DE ARROZ COM FRANGO, BATATA E CENOURA G/NOT (DIETA) 300 G	• CHÁ DE CAMOMILA DIET 190 ML • REQUEIJÃO LIGHT 15 G • PÃO INTEGRAL FATIADO G/NOT 75 G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 33,66 Lipídios (g): 8,59 Carboidrato (g): 101,77 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 104,14 Vitamina C (mg): 33,15 Energia (Kcal): 607,18					

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 • SOPA DE FEIJÃO COM CARNE, BATATA E MACARRÃO G/NOT (DIETA) 300 G	• VITAMINA DE MORANGO DIET COM LEITE DESNATADO 180 ML • BOLO DE CHOCOLATE DIET G/NOT 100 G	• PURÊ DE BATATA (DIETA) G/NOT 160 G • MAÇÃ 100 G • MOLHO DE CARNE COM CENOURA E ERVILHA G/NOT (DIETA) 120 G	• SUCO POLPA DE MORANGO DIET 200 ML • PÃO DE AVEIA G/NOT 75 G • FRANGO PARA PÃO COM TOMATE G/NOT (DIETA) 120 G		
REGULAR TARDE	• PONKAN 120 G • SOPA DE FEIJÃO COM CARNE, BATATA E MACARRÃO G/NOT (DIETA) 300 G	• VITAMINA DE MORANGO DIET COM LEITE DESNATADO 180 ML • BOLO DE CHOCOLATE DIET G/NOT 100 G	• MAÇÃ 100 G • MOLHO DE CARNE COM CENOURA E ERVILHA G/NOT (DIETA) 120 G • PURÊ DE BATATA (DIETA) G/NOT 160 G	• SUCO POLPA DE MORANGO DIET 200 ML • PÃO DE AVEIA G/NOT 75 G • FRANGO PARA PÃO COM TOMATE G/NOT (DIETA) 120 G		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 77,49 Lipídios (g): 23,48 Carboidrato (g): 146,11 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 264,96 Vitamina C (mg): 88,92 Energia (Kcal): 1099,58					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 51,50 Lipídios (g): 19,21 Carboidrato (g): 132,13 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 285,90 Vitamina C (mg): 57,96 Energia (Kcal): 882,07					

Observações						
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 • SANDUÍCHE NATURAL LIGHT 100 G	• SOPA DE ARROZ COM FRANGO, ABOBRINHA, BATATA E CENOURA (DIETA) 150 G • BANANA 130 G	• SUCO POLPA DE UVA DIET 200 ML • PÃO DE AVEIA 50 G • CARNE MOÍDA REFOGADA (DIETA) 60 G	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 14,36 Lipídios (g): 4,12 Carboidrato (g): 46,11 Cálcio (mg): 46,07 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 76,45 Vitamina C (mg): 9,61 Energia (Kcal): 275,60					

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 • PÃO DE AVEIA 50 G • FRANGO REFOGADO PARA PÃO (DIETA) 60 G • REQUEIJÃO LIGHT 15 G	• SAGU DE UVA DIET 150 G • CREME DE LEITE DESNATADO DIET 20 G • MAÇÃ 100 G	• SOPA DE ARROZ COM FRANGO, BATATA E CENOURA (DIETA) 150 G • PONKAN 120 G	• CHÁ DE CAMOMILA DIET 190 ML • PÃO INTEGRAL FATIADO 50 G • REQUEIJÃO LIGHT 15 G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 12,80 Lipídios (g): 3,25 Carboidrato (g): 36,50 Cálcio (mg): 124,20 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 33,36 Vitamina C (mg): 19,37 Energia (Kcal): 221,73					

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 (DIETA) 150 G • CAQUI 120 G	• CANJICA DIET COM LEITE DESNATADO 200 G • MAÇÃ 100 G	• PURÊ DE BATATA (DIETA) 80 G • MOLHO DE CARNE E CENOURA (DIETA) 50 G • BANANA 130 G	• SUCO POLPA DE MARACUJÁ DIET 200 ML • PÃO DE AVEIA 50 G • FRANGO PARA PÃO COM TOMATE (DIETA) 60 G		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 19,49 Lipídios (g): 4,06 Carboidrato (g): 54,11 Cálcio (mg): 204,65 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 2267,87 Vitamina C (mg): 27,84 Energia (Kcal): 325,44					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 15,66 Lipídios (g): 3,78 Carboidrato (g): 45,53 Cálcio (mg): 132,14 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 857,66 Vitamina C (mg): 19,79 Energia (Kcal): 274,13					

Observações						
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 (DIETA) 150 G • BANANA 130 G	• SUCO POLPA DE UVA DIET 200 ML • PÃO DE AVEIA 50 G • CARNE MOÍDA REFOGADA (DIETA) 60 G	• SUCO POLPA DE ABACAXI DIET 200 ML • SANDUÍCHE NATURAL LIGHT 100 G	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 14,36 Lipídios (g): 4,12 Carboidrato (g): 46,11 Cálcio (mg): 46,07 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 76,45 Vitamina C (mg): 9,61 Energia (Kcal): 275,60					

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 • CREME DE LEITE DESNATADO DIET 20 G • MAÇÃ 100 G	• SOPA DE ARROZ COM FRANGO, BATATA E CENOURA (DIETA) 150 G • PONKAN 120 G	• SUCO POLPA DE GOIABA DIET 200 ML • PÃO DE AVEIA 50 G • FRANGO REFOGADO PARA PÃO (DIETA) 60 G • REQUEIJÃO LIGHT 15 G	• CHÁ DE CAMOMILA DIET 190 ML • PÃO INTEGRAL FATIADO 50 G • REQUEIJÃO LIGHT 15 G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 12,80 Lipídios (g): 3,25 Carboidrato (g): 36,50 Cálcio (mg): 124,20 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 33,36 Vitamina C (mg): 19,37 Energia (Kcal): 221,73					

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 (DIETA) 80 G • MOLHO DE CARNE E CENOURA (DIETA) 50 G • BANANA 130 G	• SUCO POLPA DE TANGERINA DIET 200 ML • PÃO DE AVEIA 50 G • FRANGO PARA PÃO COM TOMATE (DIETA) 60 G	• CANJICA DIET COM LEITE DESNATADO 200 G • MAÇÃ 100 G	• RISOTO INTEGRAL DE CARNE E BRÓCOLIS (DIETA) 150 G • PONKAN 120 G		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 19,49 Lipídios (g): 4,45 Carboidrato (g): 52,27 Cálcio (mg): 206,55 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 2281,34 Vitamina C (mg): 34,31 Energia (Kcal): 315,55					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 15,66 Lipídios (g): 3,92 Carboidrato (g): 44,86 Cálcio (mg): 132,84 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 862,56 Vitamina C (mg): 22,14 Energia (Kcal): 270,54					

Observações						
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 UVA DIET 200 ML • PÃO DE AVEIA 50 G • CARNE MOÍDA REFOGADA (DIETA) 60 G	• SUCO POLPA DE ABACAXI DIET 200 ML • SANDUÍCHE NATURAL LIGHT 100 G	• SOPA DE ARROZ COM FRANGO, ABOBRINHA, BATATA E CENOURA (DIETA) 150 G • BANANA 130 G	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 14,36 Lipídios (g): 4,12 Carboidrato (g): 46,11 Cálcio (mg): 46,07 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 76,45 Vitamina C (mg): 9,61 Energia (Kcal): 275,60					

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 (DIETA) 150 G • PONKAN 120 G	• SUCO POLPA DE GOIABA DIET 200 ML • FRANGO REFOGADO PARA PÃO (DIETA) 60 G • REQUEIJÃO LIGHT 15 G • PÃO DE AVEIA 50 G	• SAGU DE UVA DIET 150 G • CREME DE LEITE DESNATADO DIET 20 G • MAÇÃ 100 G	• CHÁ DE CAMOMILA DIET 190 ML • PÃO INTEGRAL FATIADO 50 G • REQUEIJÃO LIGHT 15 G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 12,80 Lipídios (g): 3,25 Carboidrato (g): 36,50 Cálcio (mg): 124,20 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 33,36 Vitamina C (mg): 19,37 Energia (Kcal): 221,73					

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 (DIETA) 150 G ● PONKAN 120 G	● PURÊ DE BATATA (DIETA) 80 G ● MOLHO DE CARNE E CENOURA (DIETA) 50 G ● BANANA 130 G	● SUCO POLPA DE TANGERINA DIET 200 ML ● PÃO DE AVEIA 50 G ● FRANGO PARA PÃO COM TOMATE (DIETA) 60 G	● SOPA DE FEIJÃO COM CARNE, BATATA E MACARRÃO (DIETA) 150 G ● CAQUI 120 G		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 20,14 Lipídios (g): 4,17 Carboidrato (g): 49,46 Cálcio (mg): 134,70 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 80,54 Vitamina C (mg): 43,80 Energia (Kcal): 303,65					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 15,89 Lipídios (g): 3,82 Carboidrato (g): 43,83 Cálcio (mg): 106,71 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 62,27 Vitamina C (mg): 25,59 Energia (Kcal): 266,21					

Observações						
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 • RISOTO INTEGRAL DE CARNE E ABÓBORA (DIETA) 150 G	• SUCO POLPA DE ABACAXI DIET 200 ML • SANDUÍCHE NATURAL LIGHT 100 G	• SUCO POLPA DE UVA DIET 200 ML • PÃO DE AVEIA 50 G • CARNE MOÍDA REFOGADA (DIETA) 60 G	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 14,03 Lipídios (g): 4,47 Carboidrato (g): 38,88 Cálcio (mg): 39,65 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 100,22 Vitamina C (mg): 2,54 Energia (Kcal): 251,22					

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 • FRANGO REFOGADO PARA PÃO (DIETA) 60 G • REQUEIJÃO LIGHT 15 G • PÃO DE AVEIA 50 G	• SAGU DE UVA DIET 150 G • CREME DE LEITE DESNATADO DIET 20 G • MAÇÃ 100 G	• SOPA DE ARROZ COM FRANGO, BATATA E CENOURA (DIETA) 150 G • BANANA 130 G	• CHÁ DE CAMOMILA DIET 190 ML • PÃO INTEGRAL FATIADO 50 G • REQUEIJÃO LIGHT 15 G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 13,00 Lipídios (g): 3,27 Carboidrato (g): 41,37 Cálcio (mg): 121,45 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 37,91 Vitamina C (mg): 6,63 Energia (Kcal): 240,13					

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 TARDE	• SOPA DE FEIJÃO COM CARNE, BATATA E MACARRÃO (DIETA) 150 G • MAÇÃ 100 G	• CANJICA DIET COM LEITE DESNATADO 200 G • BANANA 130 G	• PURÊ DE BATATA (DIETA) 80 G • MOLHO DE CARNE E CENOURA (DIETA) 50 G • MELÃO FATIADO 150 G	• SUCO POLPA DE MARACUJÁ DIET 200 ML • PÃO DE AVEIA 50 G • FRANGO PARA PÃO COM TOMATE (DIETA) 60 G		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 19,69 Lipídios (g): 4,04 Carboidrato (g): 51,78 Cálcio (mg): 200,61 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 2321,23 Vitamina C (mg): 22,95 Energia (Kcal): 317,55					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 15,72 Lipídios (g): 3,88 Carboidrato (g): 44,47 Cálcio (mg): 127,92 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 885,20 Vitamina C (mg): 11,45 Energia (Kcal): 271,30					