

Observações						
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
DESJEJUM					• CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR 190ML • PÃO SEM LEITE 25G	
COLAÇÃO					• MAÇÃ 75G	
ALMOÇO					• ARROZ 75G • FEIJÃO CARIOCA 60G • CARNE MOÍDA COM CHEIRO VERDE 30G • ABOBRINHA REFOGADA 50G	
LANCHE					• MELÃO 119G	
JANTAR					• PAPA DE ABOBRINHA, BETERRABA, FRANGO E MACARRÃO 200G	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 29,29 Lipídios (g): 6,16 Carboidrato (g): 101,75 Cálcio (mg): 59,71 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 9,08 Vitamina C (mg): 30,03 Energia (Kcal): 535,95					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 04/08	Terça-Feira, 05/08	Quarta-Feira, 06/08	Quinta-Feira, 07/08	Sexta-Feira, 08/08	Sábado, 09/08
DESJEJUM	• CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR 190ML • PÃO SEM LEITE 25G	• CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR 190ML • PÃO SEM LEITE 25G	• CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR 190ML • BOLO DE BANANA COM AVEIA SEM AÇÚCAR 60G	• CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR 190ML • PÃO SEM LEITE 25G	• CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR 190ML • PÃO SEM LEITE 25G	
COLAÇÃO	• MELÃO 119G	• MAMÃO 60G	• BANANA PRATA 100G	• MAMÃO 60G	• BANANA PRATA 100G	
ALMOÇO	• ARROZ 75G • FEIJÃO PRETO 60G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 30G • BETERRABA COZIDA 30G	• ARROZ 75G • FEIJÃO CARIOCA 60G • ISCAS DE CARNE 30G • PURÊ DE BATATA SEM LEITE 50G	• ARROZ 75G • FEIJÃO PRETO 60G • ISCAS DE FRANGO COM BATATA 50G • BRÓCOLIS COZIDO 40G	• ARROZ 75G • FEIJÃO CARIOCA 60G • CARNE MOÍDA AO SUGO 40G • CHUCHU REFOGADO 35G	• ARROZ 75G • FEIJÃO PRETO 60G • FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES 40G • POLENTA 100G	
LANCHE	• MAÇÃ COZIDA 105G	• PAPINHA DE FRUTAS COZIDAS SEM AÇÚCAR 80G	• ABACATE 60G	• PERA COZIDA 75G	• MAÇÃ COZIDA 105G	
JANTAR	• PAPA DE COUVE, FUBÁ E CARNE 200G	• PAPA DE BATATA DOCE, BRÓCOLIS, CHUCHU, FRANGO E MACARRÃO 200G	• PAPA DE ARROZ, BATATA SALSA, CENOURA E CARNE 200G	• PAPA DE ARROZ, BRÓCOLIS, CENOURA, CHUCHU E FRANGO 200G	• PAPA DE ABÓBORA, CARNE E MACARRÃO 200G	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 34,07 Lipídios (g): 8,18 Carboidrato (g): 125,64 Cálcio (mg): 87,77 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 440,41 Vitamina C (mg): 60,46 Energia (Kcal): 657,44					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 11/08	Terça-Feira, 12/08	Quarta-Feira, 13/08	Quinta-Feira, 14/08	Sexta-Feira, 15/08	Sábado, 16/08
DESJEJUM	• CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR 190ML • PÃO SEM LEITE 25G	• CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR 190ML • PÃO SEM LEITE 25G	• CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR 190ML • PÃO SEM LEITE 25G	• CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR 190ML • MUFFIN DE MAÇÃ E UVA PASSA SEM AÇÚCAR 60G	• CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR 190ML • PÃO SEM LEITE 25G	
COLAÇÃO	• MELÃO 119G	• BANANA PRATA 100G	• MAÇÃ 75G	• MAMÃO 60G	• MELÃO 119G	
ALMOÇO	• ARROZ 75G • FEIJÃO PRETO 60G • ISCAS DE FRANGO COM TOMATE 40G • ABOBRINHA REFOGADA 50G	• ARROZ 75G • FEIJÃO CARIOCA 60G • OVOS MEXIDOS 40G • CENOURA REFOGADA 40G	• ARROZ 75G • FEIJÃO PRETO 60G • ISCAS DE FRANGO AO SUGO 40G • QUIRERA 60G	• ARROZ 75G • FEIJÃO CARIOCA 60G • BATATA SALSA COZIDA 30G • ISCAS DE CARNE 30G	• ARROZ 75G • ISCAS DE FRANGO AO SUGO 40G • FEIJÃO PRETO 60G • COUVE-FLOR REFOGADA 40G	
LANCHE	• PAPA DE MAÇÃ COM LARANJA 110G	• MAMÃO 60G • AVEIA EM FLOCOS FINOS 10G	• MELÃO 119G	• PERA COZIDA 75G	• BANANA PRATA 100G	
JANTAR	• PAPA DE FEIJÃO, CARNE E MACARRÃO 200G	• RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES 160G	• PAPA DE BATATA SALSA, CENOURA, CHUCHU, CARNE E MACARRÃO 200G	• PAPA DE ABOBRINHA, FRANGO E MACARRÃO 200G	• PAPA DE CENOURA, COUVE E CARNE 200G	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 34,02 Lipídios (g): 7,39 Carboidrato (g): 127,07 Cálcio (mg): 94,83 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 409,21 Vitamina C (mg): 65,23 Energia (Kcal): 658,27					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 18/08	Terça-Feira, 19/08	Quarta-Feira, 20/08	Quinta-Feira, 21/08	Sexta-Feira, 22/08	Sábado, 23/08
DESJEJUM	• CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR 190ML • PÃO SEM LEITE 25G	• CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR 190ML • PÃO SEM LEITE 25G	• CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR 190ML • BOLO DE BANANA COM AVEIA SEM AÇÚCAR 60G	• CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR 190ML • PÃO SEM LEITE 25G	• CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR 190ML • PÃO SEM LEITE 25G	
COLAÇÃO	• MELÃO 119G	• BANANA PRATA 100G	• PERA 75G	• MAMÃO 60G	• MELÃO 119G	
ALMOÇO	• ARROZ 75G • FEIJÃO PRETO 60G • ISCAS DE CARNE 30G • BATATA DOCE COZIDA 30G	• ARROZ 75G • FEIJÃO CARIOCA 60G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 30G • BRÓCOLIS COZIDO 40G	• ARROZ 75G • FEIJÃO PRETO 60G • CARNE MOÍDA AO SUGO 40G • BATATA ENSOPADA 50G	• ARROZ 75G • FEIJÃO CARIOCA 60G • ISCAS DE FRANGO COM TOMATE 40G • CHUCHU REFOGADO 35G	• ARROZ 75G • FEIJÃO PRETO 60G • CENOURA REFOGADA 40G • ISCAS DE FÍGADO 30G	
LANCHE	• PERA COZIDA 75G	• PAPINHA DE FRUTAS COZIDAS SEM AÇÚCAR 80G	• BANANA PRATA 100G • AVEIA EM FLOCOS FINOS 10G	• MAÇÃ COZIDA 105G	• PERA COZIDA 75G	
JANTAR	• PAPA DE ABÓBORA, ABOBRINHA, FRANGO E MACARRÃO 200G	• PAPA DE ABÓBORA, BRÓCOLIS, FEIJÃO, CARNE E MACARRÃO 200G	• PAPA DE ESPINAFRE, LEGUMES, FRANGO E MACARRÃO 200G	• PAPA DE ABOBRINHA, CARNE E MACARRÃO 200G	• PAPA DE BATATA SALSA, BRÓCOLIS, FRANGO E MACARRÃO 200G	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 34,12 Lipídios (g): 7,07 Carboidrato (g): 125,77 Cálcio (mg): 90,76 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 1230,26 Vitamina C (mg): 42,77 Energia (Kcal): 654,68					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 25/08	Terça-Feira, 26/08	Quarta-Feira, 27/08	Quinta-Feira, 28/08	Sexta-Feira, 29/08	Sábado, 30/08
DESJEJUM	• CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR 190ML • PÃO SEM LEITE 25G	• CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR 190ML • PÃO SEM LEITE 25G	• CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR 190ML • PÃO SEM LEITE 25G	• CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR 190ML • PÃO SEM LEITE 25G	• CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR 190ML • PÃO SEM LEITE 25G	
COLAÇÃO	• MAÇÃ 75G	• PERA 75G	• BANANA PRATA 100G	• MELÃO 119G	• MAÇÃ 75G	
ALMOÇO	• ARROZ 75G • FEIJÃO CARIOCA 60G • ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 30G • BETERRABA COZIDA 30G	• ARROZ 75G • FEIJÃO PRETO 60G • CARNE MOÍDA AO SUGO 40G • POLENTA 100G	• ARROZ 75G • FEIJÃO CARIOCA 60G • ISCAS DE FRANGO COM TOMATE 40G • PURÊ DE BATATA SEM LEITE 50G	• ARROZ 75G • FEIJÃO PRETO 60G • OVOS MEXIDOS 40G • VAGEM REFOGADA 25G	• ARROZ 75G • FEIJÃO CARIOCA 60G • CARNE MOÍDA COM CHEIRO VERDE 30G • QUIBEBE 40G	
LANCHE	• MELÃO 119G	• MAMÃO 60G	• PAPA DE MAÇÃ COM LARANJA 110G	• PERA COZIDA 75G	• CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR 190ML • MUFFIN DE MAÇÃ E UVA PASSA SEM AÇÚCAR 60G	
JANTAR	• PAPA DE ABÓBORA, CARNE E MACARRÃO 200G	• PAPA DE ARROZ, BRÓCOLIS, CENOURA, CHUCHU E FRANGO 200G	• PAPA DE ABÓBORA, ESPINAFRE E FÍGADO 200G	• PAPA DE BATATA DOCE, COUVE-FLOR, ESCAROLA E FRANGO 200G	• PAPA DE ARROZ, BATATA SALSA, CENOURA E CARNE 200G	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 31,10 Lipídios (g): 7,32 Carboidrato (g): 119,70 Cálcio (mg): 84,79 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 1103,88 Vitamina C (mg): 45,44 Energia (Kcal): 614,56					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 33,14 Lipídios (g): 7,43 Carboidrato (g): 123,46 Cálcio (mg): 88,12 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 758,47 Vitamina C (mg): 52,36 Energia (Kcal): 640,99					