

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					<ul style="list-style-type: none"> <li>● LEITE 190ML</li> <li>● PÃO DE LEITE 37,5G</li> </ul>	
ALMOÇO					<ul style="list-style-type: none"> <li>● ARROZ 95G</li> <li>● FEIJÃO CARIOCA 100G</li> <li>● ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 60G</li> <li>● BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> <li>● MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65G</li> </ul>	
LANCHE					<ul style="list-style-type: none"> <li>● LEITE 190ML</li> <li>● BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> </ul>	
JANTAR					<ul style="list-style-type: none"> <li>● FEIJÃO CARIOCA 100G</li> <li>● MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO - JANTAR 200G</li> <li>● ARROZ 95G</li> </ul>	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 81,80 Lipídios (g): 30,31 Carboidrato (g): 317,04 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 212,91 Vitamina C (mg): 21,85 Energia (Kcal): 1801,67					

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	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE 190ML</li> <li>• PÃO DE LEITE 37,5G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE 190ML</li> <li>• PÃO DE LEITE 37,5G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE 190ML</li> <li>• PÃO DE LEITE 37,5G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• PÃO DE LEITE 37,5G</li> <li>• LEITE 190ML</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE 190ML</li> <li>• PÃO DE LEITE 37,5G</li> </ul>	
ALMOÇO	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 100G</li> <li>• ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 60G</li> <li>• POLENTA 100G</li> <li>• BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• FEIJÃO CARIOCA 100G</li> <li>• ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 60G</li> <li>• PURÊ DE BATATA 60G</li> <li>• BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 100G</li> <li>• ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 60G</li> <li>• PURÊ DE BATATA 60G</li> <li>• BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• FEIJÃO CARIOCA 100G</li> <li>• ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 60G</li> <li>• POLENTA 100G</li> <li>• BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 100G</li> <li>• ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 60G</li> <li>• PURÊ DE BATATA 60G</li> <li>• BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> </ul>	
LANCHE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE 190ML</li> <li>• BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE 190ML</li> <li>• BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE 190ML</li> <li>• BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE 190ML</li> <li>• BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE 190ML</li> <li>• IOGURTE DE MORANGO 180ML</li> <li>• BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> </ul>	
JANTAR	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 100G</li> <li>• ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 60G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• FEIJÃO CARIOCA 100G</li> <li>• ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 60G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 100G</li> <li>• ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 60G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• FEIJÃO CARIOCA 100G</li> <li>• ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 60G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 60G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 100G</li> </ul>	
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 92,08 Lipídios (g): 36,34 Carboidrato (g): 232,45 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 236,53 Vitamina C (mg): 35,95 Energia (Kcal): 1592,88					

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	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE 190ML</li> <li>• PÃO DE LEITE 37,5G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• PÃO DE LEITE 37,5G</li> <li>• LEITE 190ML</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE 190ML</li> <li>• PÃO DE LEITE 37,5G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE 190ML</li> <li>• PÃO DE LEITE 37,5G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• PÃO DE LEITE 37,5G</li> <li>• LEITE 190ML</li> </ul>	
ALMOÇO	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 100G</li> <li>• ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 60G</li> <li>• POLENTA 100G</li> <li>• BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• FEIJÃO CARIOCA 100G</li> <li>• ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 60G</li> <li>• POLENTA 100G</li> <li>• BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 100G</li> <li>• ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 60G</li> <li>• POLENTA 100G</li> <li>• BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• FEIJÃO CARIOCA 100G</li> <li>• PEITO DE FRANGO À MILANESA 60G</li> <li>• POLENTA 100G</li> <li>• BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 100G</li> <li>• ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 60G</li> <li>• POLENTA 100G</li> <li>• BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> </ul>	
LANCHE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE 190ML</li> <li>• BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE 190ML</li> <li>• BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE 190ML</li> <li>• BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE 190ML</li> <li>• BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE 190ML</li> <li>• BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> </ul>	
JANTAR	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 100G</li> <li>• ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 60G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE 190ML</li> <li>• PÃO DE LEITE 37,5G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 100G</li> <li>• ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 60G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• FEIJÃO CARIOCA 100G</li> <li>• ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 60G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 100G</li> <li>• ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 60G</li> </ul>	
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 84,31 Lipídios (g): 35,25 Carboidrato (g): 227,76 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 230,56 Vitamina C (mg): 22,06 Energia (Kcal): 1531,64					

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	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE 190ML</li> <li>• PÃO DE LEITE 37,5G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE 190ML</li> <li>• PÃO DE LEITE 37,5G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE 190ML</li> <li>• PÃO DE LEITE 37,5G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE 190ML</li> <li>• PÃO DE LEITE 37,5G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE 190ML</li> <li>• PÃO DE LEITE 37,5G</li> </ul>	
ALMOÇO	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 100G</li> <li>• ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 60G</li> <li>• PURÊ DE BATATA 60G</li> <li>• BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• FEIJÃO CARIOCA 100G</li> <li>• ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 60G</li> <li>• POLENTA 100G</li> <li>• BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 100G</li> <li>• ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 60G</li> <li>• POLENTA 100G</li> <li>• BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• FEIJÃO CARIOCA 100G</li> <li>• ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 60G</li> <li>• PURÊ DE BATATA 60G</li> <li>• BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 100G</li> <li>• ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 60G</li> <li>• PURÊ DE BATATA 60G</li> <li>• BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> </ul>	
LANCHE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE 190ML</li> <li>• BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE 190ML</li> <li>• BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE 190ML</li> <li>• BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE 190ML</li> <li>• BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE 190ML</li> <li>• BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> <li>• PÃO DE LEITE 37,5G</li> </ul>	
JANTAR	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 100G</li> <li>• ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 60G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• FEIJÃO CARIOCA 100G</li> <li>• ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 60G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 100G</li> <li>• ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 60G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• FEIJÃO CARIOCA 100G</li> <li>• ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 60G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 100G</li> <li>• ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 60G</li> </ul>	
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 91,51 Lipídios (g): 36,13 Carboidrato (g): 230,72 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 232,64 Vitamina C (mg): 35,16 Energia (Kcal): 1581,33					

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	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE 190ML</li> <li>• PÃO DE LEITE 37,5G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE 190ML</li> <li>• PÃO DE LEITE 37,5G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE 190ML</li> <li>• PÃO DE LEITE 37,5G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE 190ML</li> <li>• PÃO DE LEITE 37,5G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE 190ML</li> <li>• PÃO DE LEITE 37,5G</li> </ul>	
ALMOÇO	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• FEIJÃO CARIOCA 100G</li> <li>• ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 60G</li> <li>• PURÊ DE BATATA 60G</li> <li>• BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 100G</li> <li>• ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 60G</li> <li>• PURÊ DE BATATA 60G</li> <li>• BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• FEIJÃO CARIOCA 100G</li> <li>• ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 60G</li> <li>• POLENTA 100G</li> <li>• BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 100G</li> <li>• ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 60G</li> <li>• POLENTA 100G</li> <li>• BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• FEIJÃO CARIOCA 100G</li> <li>• ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 60G</li> <li>• POLENTA 100G</li> <li>• BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> </ul>	
LANCHE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> <li>• LEITE 190ML</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE 190ML</li> <li>• BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> <li>• IOGURTE DE MORANGO 180ML</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> <li>• LEITE 190ML</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE 190ML</li> <li>• BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE 190ML</li> <li>• BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> </ul>	
JANTAR	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• FEIJÃO CARIOCA 100G</li> <li>• ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 60G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 100G</li> <li>• ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 60G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• FEIJÃO CARIOCA 100G</li> <li>• ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 60G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 100G</li> <li>• ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 60G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 60G</li> <li>• FEIJÃO CARIOCA 100G</li> </ul>	
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 91,58 Lipídios (g): 35,99 Carboidrato (g): 233,20 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 230,75 Vitamina C (mg): 31,61 Energia (Kcal): 1590,74					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 89,49 Lipídios (g): 35,66 Carboidrato (g): 235,13 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 231,68 Vitamina C (mg): 30,75 Energia (Kcal): 1584,99					