

| 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>• CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR 190ML</li> <li>• PÃO DE LEITE 37,5G</li> <li>• MANTEIGA 8G</li> </ul>                                                                                                 |               |
| ALMOÇO             |                                                                                                                                                        |                    |                     |                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 100G</li> <li>• <b>ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 60G</b></li> <li>• SALADA DE BETERRABA 35G</li> <li>• CREME DE MILHO 60G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 137G)</li> </ul> |               |
| LANCHE             |                                                                                                                                                        |                    |                     |                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>VITAMINA DE MANGA 180ML</b></li> <li>• FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G</li> </ul>                                                                                                              |               |
| JANTAR             |                                                                                                                                                        |                    |                     |                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SOPA DE AIPIM COM CARNE 180G</li> </ul>                                                                                                                                                          |               |
| Tabela Nutricional |                                                                                                                                                        |                    |                     |                     |                                                                                                                                                                                                                                           |               |
| Cálculo Semanal    | Proteína (g): 59,40 Lipídios (g): 33,10 Carboidrato (g): 184,66 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 232,59 Vitamina C (mg): 50,08 Energia (Kcal): 1262,18 |                    |                     |                     |                                                                                                                                                                                                                                           |               |

| 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 INTEGRAL 37,5G</li> <li>• QUEIJO 20G</li> </ul>                                                                                                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>• CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR 190ML</li> <li>• PÃO DE FORMA 37,5G</li> <li>• MANTEIGA 8G</li> </ul>                                                                                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE 190ML</li> <li>• <b>PÃO FRANCÊS 37,5G</b></li> <li>• <b>MANTEIGA 8G</b></li> </ul>                                                                                                                            | <ul style="list-style-type: none"> <li>• CHÁ DE ERVA DOCE SEM AÇÚCAR 190ML</li> <li>• PÃO INTEGRAL 37,5G</li> <li>• QUEIJO 20G</li> </ul>                                                                                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>• CHÁ DE ERVA DOCE SEM AÇÚCAR 190ML</li> <li>• PÃO DE LEITE 37,5G</li> <li>• MANTEIGA 8G</li> </ul>                                                                                               |               |
| ALMOÇO                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• FEIJÃO CARIOCA 100G</li> <li>• ISCAS DE CARNE REFOGADAS 60G</li> <li>• CHUCHU REFOGADO 50G</li> <li>• SALADA DE TOMATE 40G</li> <li>• MELÃO 170G</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 100G</li> <li>• STROGONOFF DE FRANGO 70G</li> <li>• BATATA PALHA 25G</li> <li>• <b>LARANJA (1 un / 150G)</b></li> <li>• SALADA DE VAGEM 30G</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• FEIJÃO CARIOCA 100G</li> <li>• <b>CARNE MOÍDA AO SUGO 70G</b></li> <li>• <b>MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO SEM OVOS 65G</b></li> <li>• SALADA DE REPOLHO 23G</li> <li>• PERA (1 un / 120G)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 100G</li> <li>• <b>ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 60G</b></li> <li>• POLENTA 100G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 137G)</li> <li>• SALADA DE ALFACE 15G</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• FEIJÃO CARIOCA 100G</li> <li>• PICADINHO DE CARNE 70G</li> <li>• SALADA DE TOMATE COM PEPINO 45G</li> <li>• LARANJA (1 un / 150G)</li> <li>• COUVE REFOGADA 40G</li> </ul> |               |
| LANCHE                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>• VITAMINA DE MANGA 180ML</li> <li>• FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G</li> </ul>                                                                                                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO DE MAÇÃ 200ML</li> <li>• SANDUÍCHE DE QUEIJO COM TOMATE 70G</li> </ul>                                                                                                              | <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>MANGA 120G</b></li> <li>• FLOCOS DE ARROZ 15G</li> </ul>                                                                                                                                                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO DE LARANJA 200ML</li> <li>• <b>PÃO FRANCÊS 37,5G</b></li> <li>• <b>MANTEIGA 8G</b></li> </ul>                                                                                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>• IOGURTE DE MORANGO 180ML</li> <li>• FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G</li> </ul>                                                                                                                   |               |
| JANTAR                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>• CANJA 200G</li> </ul>                                                                                                                                                            | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ESCONDIDINHO DE CARNE 170G</li> </ul>                                                                                                                                                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>• RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES 180G</li> </ul>                                                                                                                                                                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>SOPA DE FEIJÃO COM MACARRÃO SEM OVOS 180G</b></li> </ul>                                                                                                                             | <ul style="list-style-type: none"> <li>• QUIRERA - JANTAR 120G</li> <li>• ISCAS DE FRANGO COM TOMATE 60G</li> </ul>                                                                                                                      |               |
| <b>Tabela Nutricional</b> |                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                          |               |
| Cálculo Semanal           | Proteína (g): 61,62 Lipídios (g): 30,95 Carboidrato (g): 169,77 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 346,09 Vitamina C (mg): 120,91 Energia (Kcal): 1180,54                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                          |               |

| 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 FORMA 37,5G</li> <li>• MANTEIGA 8G</li> </ul>                                                                                               | <ul style="list-style-type: none"> <li>• CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR 190ML</li> <li>• PÃO DE LEITE 37,5G</li> <li>• QUEIJO 20G</li> </ul>                                                                                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE 190ML</li> <li>• PÃO INTEGRAL 37,5G</li> <li>• MANTEIGA 8G</li> </ul>                                                                                                           | <ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE 190ML</li> <li>• <b>PÃO FRANCÊS 37,5G</b></li> <li>• <b>MANTEIGA 8G</b></li> </ul>                                                                                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>• MANTEIGA 8G</li> <li>• CHÁ DE ERVA DOCE SEM AÇÚCAR 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>• QUIRERA 60G</li> <li>• PICADINHO DE CARNE 70G</li> <li>• SALADA DE ACELGA 20G</li> <li>• <b>MANGA 120G</b></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>• QUIBEBE 50G</li> <li>• SALADA DE BRÓCOLIS 30G</li> <li>• LARANJA (1 un / 150G)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• FEIJÃO CARIOCA 100G</li> <li>• CARNE MOÍDA AO SUGO 70G</li> <li>• CREME DE AIPIM 70G</li> <li>• SALADA DE BETERRABA 35G</li> <li>• PERA (1 un / 120G)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 100G</li> <li>• FRANGO ASSADO 60G</li> <li>• CENOURA REFOGADA 50G</li> <li>• SALADA DE REPOLHO 23G</li> <li>• <b>MANGA 120G</b></li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• FEIJÃO CARIOCA 100G</li> <li>• BARREADO 70G</li> <li>• <b>FAROFA DE CENOURA 20G</b></li> <li>• SALADA DE PEPINO 35G</li> <li>• LARANJA (1 un / 150G)</li> </ul> |               |
| LANCHE                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>• BATIDA DE MAÇÃ 190ML</li> <li>• FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G</li> </ul>                                                                                                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>• MAMÃO 122G</li> <li>• AVEIA EM FLOCOS FINOS 20G</li> </ul>                                                                                                                           | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO DE UVA 200ML</li> <li>• <b>PÃO FRANCÊS 37,5G</b></li> <li>• <b>MANTEIGA 8G</b></li> </ul>                                                                                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>VITAMINA DE MORANGO 180ML</b></li> <li>• FLOCOS DE ARROZ 15G</li> </ul>                                                                                                   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• MINGAU DE AVEIA 200G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 137G)</li> </ul>                                                                                                                        |               |
| JANTAR                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SOPA DE ARROZ, LEGUMES E FRANGO 180G</li> </ul>                                                                                                                           | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO DE LARANJA 200ML</li> <li>• PÃO DE LEITE 37,5G</li> <li>• RECHEIO DE CARNE MOÍDA 35,5G</li> </ul>                                                                               | <ul style="list-style-type: none"> <li>• POLENTA - JANTAR 120G</li> <li>• ISCAS DE FRANGO COM TOMATE 60G</li> </ul>                                                                                                            | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ CARRETEIRO 180G</li> </ul>                                                                                                                                             | <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>SOPA DE BATATA DOCE, FRANGO E MACARRÃO SEM GLÚTEN E OVOS 180G</b></li> </ul>                                                                                                      |               |
| <b>Tabela Nutricional</b> |                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                               |               |
| Cálculo Semanal           | Proteína (g): 60,19 Lipídios (g): 33,23 Carboidrato (g): 174,34 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 806,26 Vitamina C (mg): 117,87 Energia (Kcal): 1228,29                                                            |                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                               |               |

| 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 FORMA 37,5G</li> <li>• MANTEIGA 8G</li> </ul>                                                                                                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>• CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR 190ML</li> <li>• PÃO DE LEITE 37,5G</li> <li>• QUEIJO 20G</li> </ul>                                                                                                                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE 190ML</li> <li>• <b>PÃO FRANCÊS 37,5G</b></li> <li>• <b>MANTEIGA 8G</b></li> </ul>                                                                                                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>• CHÁ DE ERVA DOCE SEM AÇÚCAR 190ML</li> <li>• PÃO INTEGRAL 37,5G</li> <li>• MANTEIGA 8G</li> </ul>                                                                                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE 190ML</li> <li>• PÃO DE FORMA 37,5G</li> <li>• MANTEIGA 8G</li> </ul>                                                                                                                                              |               |
| ALMOÇO             | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• FEIJÃO CARIOCA 100G</li> <li>• STROGONOFF DE CARNE 70G</li> <li>• BATATA PALHA 25G</li> <li>• SALADA DE TOMATE 40G</li> <li>• <b>MANGA 120G</b></li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 100G</li> <li>• POLENTA 100G</li> <li>• SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 30G</li> <li>• ISCAS DE FRANGO COM TOMATE 60G</li> <li>• <b>LARANJA (1 un / 150G)</b></li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• FEIJÃO CARIOCA 100G</li> <li>• ISCAS DE CARNE REFOGADAS 60G</li> <li>• CREME DE MILHO 60G</li> <li>• SALADA DE CENOURA 25G</li> <li>• LARANJA (1 un / 150G)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 100G</li> <li>• <b>ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 60G</b></li> <li>• CHUCHU REFOGADO 50G</li> <li>• SALADA DE BETERRABA 35G</li> <li>• MAMÃO 122G</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• FEIJÃO CARIOCA 100G</li> <li>• CARNE MOÍDA COM TOMATE E CHEIRO VERDE 50G</li> <li>• BATATA, CENOURA E CHUCHU REFOGADOS 50G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 137G)</li> <li>• SALADA DE ALFACE 15G</li> </ul> |               |
| LANCHE             | <ul style="list-style-type: none"> <li>• FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G</li> <li>• VITAMINA DE MORANGO 180ML</li> </ul>                                                                                                  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• MAMÃO 122G</li> <li>• FLOCOS DE ARROZ 15G</li> </ul>                                                                                                                                                                | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO DE LARANJA 200ML</li> <li>• SANDUÍCHE DE QUEIJO COM ALFACE E TOMATE 80G</li> </ul>                                                                                                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>MANGA 120G</b></li> <li>• AVEIA EM FLOCOS FINOS 20G</li> </ul>                                                                                                                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>• CHÁ DE ERVA DOCE SEM AÇÚCAR 190ML</li> <li>• <b>PÃO FRANCÊS 37,5G</b></li> <li>• <b>MANTEIGA 8G</b></li> </ul>                                                                                                           |               |
| JANTAR             | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ESCONDIDINHO DE FRANGO 170G</li> </ul>                                                                                                                                          | <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>SOPA DE FEIJÃO, LEGUMES E MACARRÃO SEM OVOS 180G</b></li> </ul>                                                                                                                                                  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• RISOTO DE FRANGO 200G</li> </ul>                                                                                                                                                            | <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>SOPA DE ABÓBORA, CARNE E MACARRÃO SEM OVOS 180G</b></li> </ul>                                                                                                                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>• POLENTA - JANTAR 120G</li> <li>• ISCAS DE FRANGO COM TOMATE 60G</li> </ul>                                                                                                                                               |               |
| Tabela Nutricional |                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                   |               |
| Cálculo Semanal    | Proteína (g): 59,93 Lipídios (g): 33,02 Carboidrato (g): 158,40 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 646,49 Vitamina C (mg): 137,91 Energia (Kcal): 1159,60                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                   |               |

| 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 INTEGRAL 37,5G</li> <li>• QUEIJO 20G</li> </ul>                                                                                                               | <ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE 190ML</li> <li>• <b>PÃO FRANCÊS 37,5G</b></li> <li>• <b>MANTEIGA 8G</b></li> </ul>                                                                                                                            | <ul style="list-style-type: none"> <li>• CHÁ DE MAÇÃ COM CANELA SEM AÇÚCAR 190ML</li> <li>• PÃO DE LEITE 37,5G</li> <li>• MANTEIGA 8G</li> </ul>                                                                                   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE 190ML</li> <li>• PÃO DE FORMA 37,5G</li> <li>• QUEIJO 20G</li> </ul>                                                                                                                                | <ul style="list-style-type: none"> <li>• CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR 190ML</li> <li>• PÃO INTEGRAL 37,5G</li> <li>• MANTEIGA 8G</li> </ul>                                                                                                                          |               |
| ALMOÇO             | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 100G</li> <li>• FRANGO AO MOLHO COM CENOURA E VAGEM 70G</li> <li>• PURÊ DE BATATA 60G</li> <li>• SALADA DE ACELGA 20G</li> <li>• MELÃO 170G</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• FEIJÃO CARIOCA 100G</li> <li>• ISCAS DE CARNE REFOGADAS 60G</li> <li>• BRÓCOLIS, CENOURA E COUVE-FLOR REFOGADOS 50G</li> <li>• SALADA DE ALFACE 15G</li> <li>• PONKAN (1 un / 230G)</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>• QUIRERA 60G</li> <li>• SALADA DE TOMATE COM PEPINO 45G</li> <li>• <b>MANGA 120G</b></li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• FEIJÃO CARIOCA 100G</li> <li>• FAROFA DE CENOURA 20G</li> <li>• SALADA DE BRÓCOLIS 30G</li> <li>• CARNE MOÍDA COM TOMATE E CHEIRO VERDE 50G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 137G)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 95G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 100G</li> <li>• <b>ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 60G</b></li> <li>• <b>MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO SEM OVOS 65G</b></li> <li>• SALADA DE PEPINO 35G</li> <li>• LARANJA (1 un / 150G)</li> </ul> |               |
| LANCHE             | <ul style="list-style-type: none"> <li>• CHÁ DE MAÇÃ COM CANELA SEM AÇÚCAR 190ML</li> <li>• SANDUÍCHE DE QUEIJO COM TOMATE 70G</li> </ul>                                                                                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>• IOGURTE DE MORANGO 180ML</li> <li>• FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G</li> </ul>                                                                                                                                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>• MAMÃO 122G</li> <li>• FLOCOS DE ARROZ 15G</li> </ul>                                                                                                                                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>VITAMINA DE MANGA 180ML</b></li> <li>• FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G</li> </ul>                                                                                                                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO DE UVA 200ML</li> <li>• <b>PÃO FRANCÊS 37,5G</b></li> <li>• <b>MANTEIGA 8G</b></li> </ul>                                                                                                                            |               |
| JANTAR             | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ CARRETEIRO 180G</li> </ul>                                                                                                                                                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>• CANJA 200G</li> </ul>                                                                                                                                                                                               | <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>MACARRÃO SEM OVOS - JANTAR 100G</b></li> <li>• CARNE MOÍDA AO SUGO 70G</li> </ul>                                                                                                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>• RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES 180G</li> </ul>                                                                                                                                                              | <ul style="list-style-type: none"> <li>• POLENTA - JANTAR 120G</li> <li>• ISCAS DE CARNE REFOGADAS 60G</li> </ul>                                                                                                                                                  |               |
| Tabela Nutricional |                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                    |               |
| Cálculo Semanal    | Proteína (g): 64,98 Lipídios (g): 30,73 Carboidrato (g): 184,73 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 432,92 Vitamina C (mg): 103,84 Energia (Kcal): 1254,11                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                    |               |
| Cálculo Mensal     | Proteína (g): 61,57 Lipídios (g): 32,04 Carboidrato (g): 172,42 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 542,45 Vitamina C (mg): 116,80 Energia (Kcal): 1208,33                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                    |               |