



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
ALMOÇO					<ul style="list-style-type: none">• ARROZ 110G• FEIJÃO CARIOLA 90G• ALMÔNDEGAS DE FRANGO ASSADAS AO SUGO (RESTRIÇÃO) 100G• FAROFA DE COUVE 30G• SALADA DE BETERRABA RALADA 25G	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 34,16 Lipídios (g): 18,57 Carboidrato (g): 83,79 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 108,45 Vitamina C (mg): 18,56 Energia (Kcal): 639,45					



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
ALMOÇO	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOLA 90G • FRANGO AO MOLHO (RESTRICÇÃO) 110G • BATATA PALHA 25G • SALADA DE ALFACE 15G 	<ul style="list-style-type: none"> • FEIJÃO PRETO 90G <ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • CARNE MOÍDA REFOGADA 80G • SALADA DE REPOLHO COM LIMÃO 40G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOLA 90G • PICADINHO DE CARNE (RESTRICÇÃO) 100G • FAROFA DE COUVE 30G • SALADA DE BETERRABA RALADA 25G 	<ul style="list-style-type: none"> • FEIJÃO PRETO 90G • PEITO DE FRANGO À MILANESA (1 un / 100G) • BETERRABA COZIDA 70G • SALADA DE PEPINO 40G • ARROZ INTEGRAL 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOLA 90G • ALMÔNDEGAS DE CARNE ASSADAS (RESTRICÇÃO) 100G • MACARRÃO PARAFUSO ALHO E ÓLEO 80G • SALADA DE CHUCHU COM CHEIRO VERDE 30G 	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 37,16 Lipídios (g): 20,31 Carboidrato (g): 73,04 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 188,14 Vitamina C (mg): 11,06 Energia (Kcal): 625,48					



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
ALMOÇO	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • PICADINHO DE CARNE (RESTRIÇÃO) 100G • BATATA PALHA 25G • SALADA DE CENOURA COZIDA 40G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • FRANGO ASSADO 110G • BRÓCOLIS REFOGADO 50G • SALADA DE BETERRABA RALADA 25G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • BARREADO (RESTRIÇÃO) 110G • FARINHA DE MANDIOCA TORRADA 35G • SALADA DE ALFACE 15G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • PEITO DE FRANGO GRELHADO (1 un / 80G) • CENOURA REFOGADA 30G • SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 40G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • CARNE MOÍDA REFOGADA 80G • QUIRERA 100G • SALADA DE COUVE-FLOR COM LIMÃO 30G 	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 37,77 Lipídios (g): 18,89 Carboidrato (g): 69,95 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 376,00 Vitamina C (mg): 19,58 Energia (Kcal): 605,73					



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
ALMOÇO	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOLA 90G ● FRANGO AO MOLHO (RESTRICÇÃO) 110G ● BATATA ASSADA COM AZEITE E ORÉGANO 70G • SALADA DE BRÓCOLIS COM LIMÃO 30G 	<ul style="list-style-type: none"> • FEIJÃO PRETO 90G ● CARNE DE PANELA COM MANJERICÃO (RESTRICÇÃO) 100G ● FAROFÁ DE CENOURA 45G • SALADA DE PEPINO 40G • ARROZ COM VAGEM 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • POLENTA CREMOSA 90G • SALADA DE ALFACE 15G • FEIJÃO CARIOLA 90G ● ALMÔNDEGAS DE FRANGO ASSADAS AO SUGO (RESTRICÇÃO) 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G ● FRANGO ASSADO 110G ● CREME DE MILHO SEM LEITE 50G • SALADA DE BETERRABA RALADA 25G 	<ul style="list-style-type: none"> ● ABOBRINHA REFOGADA 35G • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOLA 90G ● BIFE À MILANESA (1 un / 100G) • SALADA DE CENOURA RALADA COM LIMÃO 25G 	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 38,45 Lipídios (g): 21,52 Carboidrato (g): 73,90 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 257,19 Vitamina C (mg): 13,09 Energia (Kcal): 649,30					



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
ALMOÇO	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • BARREADO (RESTRIÇÃO) 110G • FARINHA DE MANDIOCA TORRADA 35G • SALADA DE CENOURA COZIDA 40G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • CARNE MOÍDA REFOGADA 80G • ACELGA REFOGADA 45G • SALADA DE BETERRABA RALADA 25G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • PICADINHO DE CARNE (RESTRIÇÃO) 100G • MACARRÃO PARAFUSO ALHO E ÓLEO 80G • SALADA DE REPOLHO 40G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • FRANGO COM CENOURA E PIMENTÃO (RESTRIÇÃO) 150G • PURÊ DE AIPIM 65G • SALADA DE ALFACE 15G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • PEITO DE FRANGO À MILANESA (1 un / 100G) • CHUCHU REFOGADO 50G • SALADA DE BETERRABA RALADA 25G 	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 36,11 Lipídios (g): 18,37 Carboidrato (g): 84,58 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 346,42 Vitamina C (mg): 15,58 Energia (Kcal): 653,28					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 37,22 Lipídios (g): 19,72 Carboidrato (g): 75,77 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 283,20 Vitamina C (mg): 15,01 Energia (Kcal): 633,73					

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
INTEGRAL MANHÃ					<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO DIET 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA DIET 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G
INTEGRAL TARDE					<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO DIET 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA DIET 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 18,30 Lipídios (g): 10,00 Carboidrato (g): 70,18 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 4,59 Vitamina C (mg): 1,16 Energia (Kcal): 453,79					

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
INTEGRAL MANHÃ	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO DIET 190ML • PÃO FATIADO SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G 	<ul style="list-style-type: none"> • BOLO DE CENOURA DIET SEM GLÚTEN E LEITE 50G • SUCO POLPA DE MARACUJÁ DIET 200ML 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA DIET 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G 	<ul style="list-style-type: none"> • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA DIET 190ML • BISCOITO DOCE DIET, SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA DIET 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G 	
INTEGRAL TARDE	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO DIET 190ML • PÃO FATIADO SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G 	<ul style="list-style-type: none"> • BOLO DE CENOURA DIET SEM GLÚTEN E LEITE 50G • SUCO POLPA DE MARACUJÁ DIET 200ML 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA DIET 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G 	<ul style="list-style-type: none"> • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA DIET 190ML • BISCOITO DOCE DIET, SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA DIET 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G 	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 15,36 Lipídios (g): 12,96 Carboidrato (g): 73,92 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 61,74 Vitamina C (mg): 3,50 Energia (Kcal): 474,89					

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
INTEGRAL MANHÃ	<ul style="list-style-type: none"> ● PÃO FATIADO SEM LEITE 50G ● LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA DIET 190ML ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA DIET 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO DIET 190ML ● BISCOITO DOCE SEM LEITE DIET 50G 	<ul style="list-style-type: none"> ● CHÁ DE CAPIM LIMÃO DIET 190ML ● BOLO DE CENOURA DIET SEM GLÚTEN E LEITE 50G 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA DIET 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA DIET 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G
INTEGRAL TARDE	<ul style="list-style-type: none"> ● PÃO FATIADO SEM LEITE 50G ● LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA DIET 190ML ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA DIET 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO DIET 190ML ● BISCOITO DOCE SEM LEITE DIET 50G 	<ul style="list-style-type: none"> ● CHÁ DE CAPIM LIMÃO DIET 190ML ● BOLO DE CENOURA DIET SEM GLÚTEN E LEITE 50G 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA DIET 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA DIET 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 16,94 Lipídios (g): 14,25 Carboidrato (g): 72,89 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 34,71 Vitamina C (mg): 1,28 Energia (Kcal): 490,31					

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
INTEGRAL MANHÃ	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA DIET 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO DIET 190ML • BOLO DE CENOURA DIET SEM GLÚTEN E LEITE 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • CHÁ DE CAMOMILA DIET 190ML • REQUEIJÃO DE SOJA 15G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA DIET 190ML • PÃO FATIADO SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO DIET 190ML • BISCOITO DOCE SEM LEITE DIET 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA DIET 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G
INTEGRAL TARDE	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA DIET 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO DIET 190ML • BOLO DE CENOURA DIET SEM GLÚTEN E LEITE 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • CHÁ DE CAMOMILA DIET 190ML • REQUEIJÃO DE SOJA 15G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA DIET 190ML • PÃO FATIADO SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G 	<ul style="list-style-type: none"> • BISCOITO DOCE SEM LEITE DIET 50G • LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO DIET 190ML 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA DIET 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 16,94 Lipídios (g): 14,25 Carboidrato (g): 72,89 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 34,71 Vitamina C (mg): 1,28 Energia (Kcal): 490,31					

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
INTEGRAL MANHÃ	<ul style="list-style-type: none"> • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA DIET 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • SUCO POLPA DE MARACUJÁ DIET 200ML • REQUEIJÃO DE SOJA 15G 	<ul style="list-style-type: none"> • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA DIET 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA DIET 190ML • BOLO DE CENOURA DIET SEM GLÚTEN E LEITE 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA DIET 190ML • BISCOITO DE POLVILHO SALGADO SEM LEITE 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA DIET 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G
INTEGRAL TARDE	<ul style="list-style-type: none"> • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA DIET 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • SUCO POLPA DE MARACUJÁ DIET 200ML • REQUEIJÃO DE SOJA 15G 	<ul style="list-style-type: none"> • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA DIET 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA DIET 190ML • BOLO DE CENOURA DIET SEM GLÚTEN E LEITE 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA DIET 190ML • BISCOITO DE POLVILHO SALGADO SEM LEITE 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA DIET 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 14,76 Lipídios (g): 11,91 Carboidrato (g): 70,86 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 61,74 Vitamina C (mg): 3,50 Energia (Kcal): 456,22					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 16,18 Lipídios (g): 13,08 Carboidrato (g): 72,45 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 44,87 Vitamina C (mg): 2,30 Energia (Kcal): 476,07					



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
REGULAR TARDE					<ul style="list-style-type: none"> • SOPA DE FEIJÃO COM CARNE, BATATA E MACARRÃO 150G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA DIET 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 11,48 Lipídios (g): 4,15 Carboidrato (g): 29,46 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 1,55 Vitamina C (mg): 2,74 Energia (Kcal): 204,35					

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
REGULAR TARDE	<ul style="list-style-type: none"> • SAGU DE UVA 150G • CREME DE LEITE DE SOJA 20G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE MARACUJÁ DIET 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • PURÊ DE BATATA SEM LEITE 80G • ISCAS DE FRANGO E CENOURA (RESTRIÇÃO) 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • SOPA DE BATATA COM CARNE, CENOURA E MACARRÃO (RESTRIÇÃO) 150G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE MARACUJÁ DIET 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • CARNE MOÍDA REFOGADA 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA DIET 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 12,82 Lipídios (g): 3,82 Carboidrato (g): 31,88 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 99,87 Vitamina C (mg): 13,79 Energia (Kcal): 216,49					

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
REGULAR TARDE	<ul style="list-style-type: none"> • SOPA DE ARROZ COM CARNE, BATATA E COUVE 150G 	<ul style="list-style-type: none"> • BOLO DE CENOURA DIET SEM GLÚTEN E LEITE 50G • LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO DIET 190ML 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE MARACUJÁ DIET 200ML • SANDUÍCHE NATURAL SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E TOMATE 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • MACARRÃO PARAFUSO 100G • MOLHO DE CARNE E CHUCHU (RESTRIÇÃO) 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • RISOTO DE FRANGO E ABOBRINHA (RESTRIÇÃO) 150G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA DIET 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 10,89 Lipídios (g): 5,07 Carboidrato (g): 34,07 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 101,68 Vitamina C (mg): 6,98 Energia (Kcal): 227,74					



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
REGULAR TARDE	<ul style="list-style-type: none"> • MACARRÃO PARAFUSO 100G • MOLHO DE CARNE E CHUCHU (RESTRIÇÃO) 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE MARACUJÁ DIET 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G <ul style="list-style-type: none"> • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA DIET 190ML • BISCOITO DOCE SEM LEITE DIET 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • SOPA DE ARROZ COM FRANGO, BATATA E CENOURA (RESTRIÇÃO) 150G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE MARACUJÁ DIET 200ML • PÃO DE AVEIA SEM LEITE 50G <ul style="list-style-type: none"> • CARNE MOÍDA REFOGADA 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA DIET 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G <ul style="list-style-type: none"> • REQUEIJÃO DE SOJA 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 13,84 Lipídios (g): 5,42 Carboidrato (g): 36,01 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 68,71 Vitamina C (mg): 4,87 Energia (Kcal): 250,69					

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
REGULAR TARDE	<ul style="list-style-type: none"> ● CANJICA DIET COM LEITE DE SOJA 200G 	<ul style="list-style-type: none"> ● SOPA DE FUBÁ COM CARNE, BATATA, COUVE E ERVILHA 150G 	<ul style="list-style-type: none"> ● PURÊ DE BATATA SEM LEITE 80G ● MOLHO DE FRANGO E VAGEM (RESTRIÇÃO) 50G 	<ul style="list-style-type: none"> ● RISOTO DE CARNE E ABOBRINHA (RESTRIÇÃO) 150G 	<ul style="list-style-type: none"> ● SUCO POLPA DE MARACUJÁ DIET 200ML ● PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G ● ISCAS DE CARNE REFOGADAS (RESTRIÇÃO) 50G 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA DIET 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G

Tabela Nutricional

Cálculo Semanal	Proteína (g): 12,27 Lipídios (g): 4,25 Carboidrato (g): 29,40 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 1600,71 Vitamina C (mg): 13,99 Energia (Kcal): 207,61
Cálculo Mensal	Proteína (g): 12,38 Lipídios (g): 4,60 Carboidrato (g): 32,58 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 431,88 Vitamina C (mg): 9,36 Energia (Kcal): 223,99