

Observações						
TODOS OS ALIMENTOS DEVEM SER PREPARADOS SEM ADIÇÃO DE ALHO, CEBOLA E CHEIRO VERDE.						
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					• MACARRÃO PARAFUSO 100G • CAQUI (1 un / 120G) • CARNE MOÍDA DE SOJA REFOGADA COM TOMATE 60G	• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO DE MILHO (1 un / 50G) • REQUEIJÃO CREMOSO 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 17,27 Lipídios (g): 6,89 Carboidrato (g): 65,98 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 55,39 Vitamina C (mg): 18,41 Energia (Kcal): 391,15					

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	• SAGU DE UVA 150G • CREME DE LEITE 20G • BANANA (1 un / 130G)	• SUCO POLPA DE UVA 200ML • PÃO DE CENOURA (1 un / 50G) • CARNE MOÍDA DE SOJA REFOGADA COM TOMATE 60G	• PURÊ DE BATATA 80G • CARNE MOÍDA DE SOJA E CENOURA REFOGADA 60G • CAQUI (1 un / 120G)	• MACARRÃO PARAFUSO 100G • PONKAN (1 un / 120G) • MOLHO DE CARNE DE SOJA E ABÓBORA 50G	• RISOTO DE CARNE DE SOJA E ABOBRINHA 150G • SUCO POLPA DE MARACUJÁ 200ML • PÃO DE LEITE (1 un / 50G) • HAMBÚRGUER DE SOJA ASSADO 40G • TOMATE (RODELA) 15G	• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO DE MILHO (1 un / 50G) • REQUEijÃO CREMOSO 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 19,34 Lipídios (g): 6,49 Carboidrato (g): 66,79 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 195,56 Vitamina C (mg): 28,98 Energia (Kcal): 396,77					

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	• ARROZ 100G • MAÇÃ (1 un / 100G) • CARNE MOÍDA DE SOJA E CENOURA REFOGADA 60G	• VITAMINA DE GOIABA 180ML • BOLO DE CENOURA (1 un / 50G)	• SUCO POLPA DE GOIABA 200ML • SANDUÍCHE NATURAL VEGETARIANO 100G	• MACARRÃO PARAFUSO 100G • BOLINHO DE CARNE DE SOJA AO SUGO 70G • LARANJA (1 un / 100G)	• RISOTO DE CARNE DE SOJA E ABOBRINHA 150G • PONKAN (1 un / 120G)	• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO DE MILHO (1 un / 50G) • REQUEIJÃO CREMOSO 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 16,39 Lipídios (g): 7,48 Carboidrato (g): 57,40 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 77,90 Vitamina C (mg): 21,27 Energia (Kcal): 358,13					

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	• MACARRÃO PARAFUSO 100G • BOLINHO DE CARNE DE SOJA AO SUGO 70G • CAQUI (1 un / 120G)	• SUCO POLPA DE MAÇÃ 200ML • PÃO DE MILHO (1 un / 50G) • CARNE MOÍDA DE SOJA REFOGADA COM TOMATE 60G	• IOGURTE DE MORANGO 180G • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 50G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• BATATA REFOGADA 100G • BANANA (1 un / 130G) • MOLHO DE CARNE DE SOJA E ABÓBORA 50G	• CARNE MOÍDA DE SOJA REFOGADA COM TOMATE 60G • SUCO POLPA DE LARANJA 200ML • PÃO DE AVEIA (1 un / 50G)	• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO DE MILHO (1 un / 50G) • REQUEIJÃO CREMOSO 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 17,22 Lipídios (g): 4,41 Carboidrato (g): 67,16 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 149,58 Vitamina C (mg): 17,48 Energia (Kcal): 371,70					

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	- CANJICA 200G - MELÃO FATIADO 150G	MACARRÃO PARAFUSO 100G - BANANA (1 un / 130G) MOLHO DE CARNE DE SOJA E ABÓBORA 50G	- PONKAN (1 un / 120G) - PURÊ DE BATATA 80G BOLINHO DE CARNE DE SOJA AO SUGO 70G	RISOTO DE CARNE DE SOJA E ABOBRINHA 150G - MAÇÃ (1 un / 100G)	- SUCO POLPA DE UVA 200ML - PÃO DE LEITE (1 un / 50G) HAMBÚRGUER DE SOJA ASSADO 40G TOMATE (RODELA) 15G	- LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML - PÃO DE MILHO (1 un / 50G) - REQUEijÃO CREMOSO 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 16,97 Lipídios (g): 7,35 Carboidrato (g): 62,36 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 1666,80 Vitamina C (mg): 24,34 Energia (Kcal): 376,76					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 17,47 Lipídios (g): 6,47 Carboidrato (g): 63,62 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 486,53 Vitamina C (mg): 22,66 Energia (Kcal): 377,02					