

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					• ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • PICADINHO DE CARNE 100G • SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 40G • SALADA DE FRUTAS 100G • BATATA SALSA REFOGADA 55G	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 40,08 Lipídios (g): 9,40 Carboidrato (g): 98,24 Cálcio (mg): 99,31 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 112,90 Vitamina C (mg): 83,70 Energia (Kcal): 635,08					

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	• ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • CARNE MOÍDA COM TOMATE E CHEIRO VERDE 100G • ABÓBORA REFOGADA 58G • SALADA DE REPOLHO COM LIMÃO 40G • PONKAN (1 un / 80G)	• ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • SALADA DE ALFACE 15G • FRICASSÉ DE FRANGO 110G • BATATA PALHA 25G • CREME DE MANGA 90G	• ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • PEITO DE FRANGO À MILANESA (1 un / 100G) • BETERRABA COZIDA 70G • SALADA DE PEPINO 40G • MELÃO 150G	• ARROZ INTEGRAL 100G • FEIJÃO PRETO 90G • PICADINHO DE CARNE 100G • FAROFA DE COUVE 30G • SALADA DE TOMATE 60G • LARANJA (1 un / 100G)	• ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • ALMÔNDegas DE CARNE ASSADAS AO SUGO 100G • MACARRÃO PARAFUSO ALHO E ÓLEO 80G • SALADA DE CHUCHU COM CHEIRO VERDE 30G • SALADA DE FRUTAS 100G	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 39,83 Lipídios (g): 18,85 Carboidrato (g): 90,70 Cálcio (mg): 139,52 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 366,64 Vitamina C (mg): 54,79 Energia (Kcal): 686,14					

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	• ARROZ 110G • STROGONOFF DE CARNE 110G • BATATA PALHA 25G • FEIJÃO PRETO 90G • SALADA DE CENOURA COZIDA 40G • LARANJA (1 un / 100G)	• ARROZ 110G • SALADA DE TOMATE 60G • SALADA DE FRUTAS 100G • FEIJÃO CARIOCA 90G • FRANGO ASSADO 110G • BRÓCOLIS REFOGADO 50G	• ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • BARREADO 110G • FARINHA DE MANDIOCA TORRADA 35G • SALADA DE ALFACE COM TOMATE 25G • MELÃO 150G	• ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • PEITO DE FRANGO GRELHADO (1 un / 80G) • CENOURA REFOGADA 30G • SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 40G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • CARNE MOÍDA COM TOMATE E CHEIRO VERDE 100G • QUIRERA 100G • SALADA DE PEPINO COM LIMÃO 40G • CAQUI (1 un / 120G)	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 39,20 Lipídios (g): 19,53 Carboidrato (g): 86,86 Cálcio (mg): 94,22 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 345,22 Vitamina C (mg): 51,17 Energia (Kcal): 677,63					

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	• ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • PONKAN (1 un / 80G) • CARNE DE PANELA COM MANJERICÃO 100G • FAROFA DE CENOURA 45G • SALADA DE PEPINO 40G	• FEIJÃO PRETO 90G • SALADA DE FRUTAS 100G • ARROZ COM VAGEM 100G • FRANGO ASSADO 110G • CREME DE MILHO 50G • SALADA DE BETERRABA RALADA 25G	• ARROZ 110G • SAGU DE UVA 100G • FEIJÃO CARIOCA 90G • BIFE À MILANESA (1 un / 100G) • ABOBRINHA REFOGADA COM TOMATE 35G • SALADA DE CENOURA RALADA COM LIMÃO 25G	• ARROZ 110G • PONKAN (1 un / 80G) • FEIJÃO PRETO 90G • ALMÔNDegas DE FRANGO ASSADAS AO SUGO 100G • POLENTA CREMOSA 90G • SALADA DE ALFACE COM TOMATE 25G	• LARANJA (1 un / 100G) • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • FRANGO AO MOLHO 110G • BATATA ASSADA COM AZEITE, ORÉGANO E TOMATE 70G • SALADA DE BRÓCOLIS COM LIMÃO 30G	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 39,42 Lipídios (g): 21,81 Carboidrato (g): 89,12 Cálcio (mg): 97,89 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 175,18 Vitamina C (mg): 61,37 Energia (Kcal): 710,74					

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	• ARROZ 110G • PEITO DE FRANGO À MILANESA (1 un / 100G) • FEIJÃO PRETO 90G • CHUCHU REFOGADO 50G • SALADA DE BETERRABA RALADA 25G • LARANJA (1 un / 100G)	• ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • BARREADO 110G • FARINHA DE MANDIOCA TORRADA 35G • SALADA DE CENOURA COZIDA 40G • PONKAN (1 un / 80G)	• ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • FRANGO COM CENOURA E PIMENTÃO 150G • PURÊ DE AIPIM 65G • SALADA DE ALFACE 15G • SALADA DE FRUTAS 100G	• ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • PICADINHO DE CARNE 100G • MACARRÃO PARAFUSO ALHO E ÓLEO 80G • SALADA DE REPOLHO AO VINAGRETE 40G • BANANA (1 un / 130G)	• ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • CARNE MOÍDA COM TOMATE E CHEIRO VERDE 100G • ACELGA REFOGADA 45G • SALADA DE TOMATE 60G • MELÃO 150G	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 38,55 Lipídios (g): 19,09 Carboidrato (g): 102,68 Cálcio (mg): 90,84 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 295,43 Vitamina C (mg): 57,27 Energia (Kcal): 733,49					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 39,29 Lipídios (g): 19,32 Carboidrato (g): 92,62 Cálcio (mg): 105,32 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 286,92 Vitamina C (mg): 57,46 Energia (Kcal): 698,81					

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					• ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • FRANGO AO MOLHO 110G • BATATA DOCE ASSADA 50G • SALADA DE ALFACE COM TOMATE 25G • BANANA (1 un / 130G)	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 39,20 Lipídios (g): 29,34 Carboidrato (g): 109,15 Cálcio (mg): 81,30 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 3004,85 Vitamina C (mg): 29,50 Energia (Kcal): 851,47					

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	• ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • ALMÔNDegas DE CARNE ASSADAS AO SUGO 100G • MACARRÃO PARAFUSO ALHO E ÓLEO 80G • SALADA DE CHUCHU 40G • SALADA DE FRUTAS SEM ABACAXI 100G	• ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • CARNE MOÍDA COM TOMATE E CHEIRO VERDE 100G • BETERRABA COZIDA 70G • SALADA DE PEPINO 40G • MELÃO 150G	• ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • PICADINHO DE CARNE 100G • FAROFA DE COUVE 30G • SALADA DE TOMATE 60G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • CREME DE MANGA 90G • FRICASSÉ DE FRANGO 110G • BATATA PALHA 25G • SALADA DE ALFACE 15G	• BANANA (1 un / 130G) • ARROZ 110G • PEITO DE FRANGO À MILANESA (1 un / 100G) • ABÓBORA REFOGADA 58G • SALADA DE REPOLHO COM LIMÃO 40G • FEIJÃO CARIOCA 90G	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 40,00 Lipídios (g): 18,72 Carboidrato (g): 98,42 Cálcio (mg): 131,71 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 372,40 Vitamina C (mg): 31,01 Energia (Kcal): 714,42					

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	• ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • STROGONOFF DE CARNE 110G • BATATA PALHA 25G • SALADA DE CENOURA COZIDA 40G • BANANA (1 un / 130G)	• ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • ISCAS DE FRANGO AO SUGO 110G • BRÓCOLIS REFOGADO 50G • SALADA DE TOMATE 60G • SALADA DE FRUTAS SEM ABACAXI 100G	• ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • BARREADO 110G • FARINHA DE MANDIOCA TORRADA 35G • SALADA DE ALFACE COM TOMATE 25G • MELÃO 150G	• ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • FRANGO AO MOLHO 110G • CENOURA REFOGADA 30G • SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 40G • BANANA (1 un / 130G)	• ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • CARNE MOÍDA COM TOMATE E CHEIRO VERDE 100G • POLENTA CREMOSA 90G • SALADA DE PEPINO 40G • MAÇÃ (1 un / 100G)	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 39,60 Lipídios (g): 18,47 Carboidrato (g): 93,17 Cálcio (mg): 86,11 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 355,53 Vitamina C (mg): 33,28 Energia (Kcal): 691,13					

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
ALMOÇO	• ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • FRANGO AO MOLHO 110G • BATATA ASSADA COM AZEITE, ORÉGANO E TOMATE 70G • SALADA DE BRÓCOLIS COM LIMÃO 30G • BANANA (1 un / 130G)	• ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • CARNE DE PANELA COM MANJERICÃO 100G • FAROFA DE CENOURA 45G • SALADA DE PEPINO 40G • SAGU DE UVA 100G	• ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 80G • CREME DE MILHO 50G • SALADA DE BETERRABA COZIDA 50G • SALADA DE FRUTAS SEM ABACAXI 100G	• ARROZ 110G • BIFE COM MOLHO 100G • FEIJÃO PRETO 90G • ABOBRINHA REFOGADA COM TOMATE 35G • SALADA DE CENOURA RALADA COM LIMÃO 25G • BANANA (1 un / 130G)	• ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • ALMÔNDEGAS DE FRANGO ASSADAS AO SUGO 100G • PURÊ DE BATATA 40G • SALADA DE ALFACE COM TOMATE 25G • MAÇÃ (1 un / 100G)	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 39,57 Lipídios (g): 16,55 Carboidrato (g): 98,32 Cálcio (mg): 109,54 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 192,38 Vitamina C (mg): 32,74 Energia (Kcal): 695,11					

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	• ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • PICADINHO DE CARNE 100G • MACARRÃO PARAFUSO ALHO E ÓLEO 80G • SALADA DE REPOLHO AO VINAGRETE 40G • BANANA (1 un / 130G)	• ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • FRANGO COM CENOURA E PIMENTÃO 150G • ACELGA REFOGADA 45G • SALADA DE ALFACE 15G • SALADA DE FRUTAS SEM ABACAXI 100G	• ARROZ 110G • MELÃO 150G • FEIJÃO PRETO 90G • CARNE MOÍDA COM TOMATE E CHEIRO VERDE 100G • SALADA DE TOMATE 60G • CENOURA E REPOLHO REFOGADOS 60G	• ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • PEITO DE FRANGO À MILANESA (1 un / 100G) • BATATA SAUTÉ 55G • SALADA DE CENOURA RALADA COM LIMÃO 25G • MELÃO 150G	• ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • BARREADO 110G • FARINHA DE MANDIOCA TORRADA 35G • SALADA DE CENOURA COZIDA 40G • MELÃO 150G	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 38,73 Lipídios (g): 17,92 Carboidrato (g): 98,13 Cálcio (mg): 82,03 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 484,23 Vitamina C (mg): 38,21 Energia (Kcal): 705,31					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 39,46 Lipídios (g): 18,46 Carboidrato (g): 97,59 Cálcio (mg): 101,35 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 477,50 Vitamina C (mg): 33,61 Energia (Kcal): 708,63					

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					• CHÁ DE CAMOMILA 190ML • MAMÃO FATIADO 85G • BOLO DE ABACAXI E CANELA 50G	• LEITE COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • PÃO DE MILHO (1 un / 50G) • REQUEIJÃO CREMOSO 15G
INTEGRAL TARDE					• CHÁ DE CAMOMILA 190ML • BOLO DE ABACAXI E CANELA 50G • MAMÃO FATIADO 85G	• LEITE COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • PÃO DE MILHO (1 un / 50G) • REQUEIJÃO CREMOSO 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 19,63 Lipídios (g): 22,24 Carboidrato (g): 111,83 Cálcio (mg): 423,93 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 234,43 Vitamina C (mg): 90,16 Energia (Kcal): 715,18					

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
INTEGRAL MANHÃ	- VITAMINA DE BANANA 180ML BOLO DE CENOURA (1 un / 50G)	- LEITE COM AROMA DE COCO 190ML - PÃO DE LEITE FATIADO 50G - QUEIJO (1 un / 20G)	- CHÁ DE CAMOMILA 190ML - PÃO DE CENTEIO (1 un / 50G) - MANTEIGA 10G - MAMÃO FATIADO 85G	- IOGURTE DE MORANGO 180G - FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 50G - MAÇÃ (1 un / 100G)	LEITE COM AROMA DE BAUNILHA 190ML - PÃO DE AVEIA (1 un / 50G) - MANTEIGA 10G	LEITE COM AROMA DE BAUNILHA 190ML - PÃO DE MILHO (1 un / 50G) - REQUEIJÃO CREMOSO 15G
INTEGRAL TARDE	- VITAMINA DE BANANA 180ML BOLO DE CENOURA (1 un / 50G)	- LEITE COM AROMA DE COCO 190ML - PÃO DE LEITE FATIADO 50G - QUEIJO (1 un / 20G)	- CHÁ DE CAMOMILA 190ML - PÃO DE CENTEIO (1 un / 50G) - MANTEIGA 10G - MAMÃO FATIADO 85G	- IOGURTE DE MORANGO 180G - FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 50G - MAÇÃ (1 un / 100G)	LEITE COM AROMA DE BAUNILHA 190ML - PÃO DE AVEIA (1 un / 50G) - MANTEIGA 10G	LEITE COM AROMA DE BAUNILHA 190ML - PÃO DE MILHO (1 un / 50G) - REQUEIJÃO CREMOSO 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 21,63 Lipídios (g): 23,39 Carboidrato (g): 113,05 Cálcio (mg): 506,35 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 256,06 Vitamina C (mg): 31,44 Energia (Kcal): 740,97					

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	• LEITE COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • PÃO DE LEITE (1 un / 50G) • MANTEIGA 10G	• LEITE COM AROMA DE COCO 190ML • BISCOITO DE LEITE 50G • CAQUI (1 un / 120G)	• PÃO DE BATATA (1 un / 50G) • CHÁ DE CAPIM LIMÃO 190ML • QUEIJO (1 un / 20G) • BANANA (1 un / 130G)	• LEITE COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • PÃO DE LEITE FATIADO 50G • REQUEIJÃO CREMOSO 15G	• LEITE COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • PÃO DE MILHO (1 un / 50G) • MANTEIGA 10G	• LEITE COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • PÃO DE MILHO (1 un / 50G) • REQUEIJÃO CREMOSO 15G
INTEGRAL TARDE	• LEITE COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • PÃO DE LEITE (1 un / 50G) • MANTEIGA 10G	• LEITE COM AROMA DE COCO 190ML • BISCOITO DE LEITE 50G • CAQUI (1 un / 120G)	• CHÁ DE CAPIM LIMÃO 190ML • PÃO DE BATATA (1 un / 50G) • QUEIJO (1 un / 20G) • BANANA (1 un / 130G)	• LEITE COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • PÃO DE LEITE FATIADO 50G • REQUEIJÃO CREMOSO 15G	• LEITE COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • PÃO DE MILHO (1 un / 50G) • MANTEIGA 10G	• LEITE COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • PÃO DE MILHO (1 un / 50G) • REQUEIJÃO CREMOSO 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 21,10 Lipídios (g): 24,69 Carboidrato (g): 104,79 Cálcio (mg): 568,87 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 219,45 Vitamina C (mg): 14,38 Energia (Kcal): 715,74					

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
INTEGRAL MANHÃ	• LEITE COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • PÃO DE ABÓBORA (1 un / 50G) • QUEIJO (1 un / 20G)	• CHÁ DE CAMOMILA 190ML • PÃO DE LEITE (1 un / 50G) • REQUEIJÃO CREMOSO 15G • BANANA (1 un / 130G)	• LEITE COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • PÃO INTEGRAL FATIADO 50G • MANTEIGA 10G	• VITAMINA DE MARACUJÁ 180ML • BISCOITO DE MAISENA 50G • CAQUI (1 un / 120G)	• LEITE COM AROMA DE COCO 190ML • CHINEQUE DE GOIABADA (1 un / 60G)	• LEITE COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • PÃO DE MILHO (1 un / 50G) • REQUEIJÃO CREMOSO 15G
INTEGRAL TARDE	• LEITE COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • PÃO DE ABÓBORA (1 un / 50G) • QUEIJO (1 un / 20G)	• CHÁ DE CAMOMILA 190ML • PÃO DE LEITE (1 un / 50G) • REQUEIJÃO CREMOSO 15G • BANANA (1 un / 130G)	• LEITE COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • PÃO INTEGRAL FATIADO 50G • MANTEIGA 10G	• VITAMINA DE MARACUJÁ 180ML • BISCOITO DE MAISENA 50G • CAQUI (1 un / 120G)	• LEITE COM AROMA DE COCO 190ML • CHINEQUE DE GOIABADA (1 un / 60G)	• LEITE COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • PÃO DE MILHO (1 un / 50G) • REQUEIJÃO CREMOSO 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 21,04 Lipídios (g): 21,76 Carboidrato (g): 109,57 Cálcio (mg): 419,06 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 196,23 Vitamina C (mg): 18,33 Energia (Kcal): 704,58					

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	- VITAMINA DE MANGA 180ML - PÃO DE CENTEIO (1 un / 50G) - MANTEIGA 10G	LEITE COM AROMA DE BAUNILHA 190ML - PÃO DE LEITE (1 un / 50G) - QUEIJO (1 un / 20G)	- CHÁ DE CAMOMILA 190ML - BISCOITO DE POLVILHO SALGADO 50G - BANANA (1 un / 130G)	LEITE COM AROMA DE BAUNILHA 190ML - PÃO DE CENOURA (1 un / 50G) - REQUEIJÃO CREMOSO 15G	- LEITE COM AROMA DE BAUNILHA 190ML - BOLO DE LARANJA (1 un / 50G)	LEITE COM AROMA DE BAUNILHA 190ML - PÃO DE MILHO (1 un / 50G) - REQUEIJÃO CREMOSO 15G
INTEGRAL TARDE	- VITAMINA DE MANGA 180ML - PÃO DE CENTEIO (1 un / 50G) - MANTEIGA 10G	LEITE COM AROMA DE BAUNILHA 190ML - PÃO DE LEITE (1 un / 50G) - QUEIJO (1 un / 20G)	- CHÁ DE CAMOMILA 190ML - BISCOITO DE POLVILHO SALGADO 50G - BANANA (1 un / 130G)	LEITE COM AROMA DE BAUNILHA 190ML - PÃO DE CENOURA (1 un / 50G) - REQUEIJÃO CREMOSO 15G	- LEITE COM AROMA DE BAUNILHA 190ML - BOLO DE LARANJA (1 un / 50G)	LEITE COM AROMA DE BAUNILHA 190ML - PÃO DE MILHO (1 un / 50G) - REQUEIJÃO CREMOSO 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 20,88 Lipídios (g): 26,48 Carboidrato (g): 98,66 Cálcio (mg): 430,41 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 6442,32 Vitamina C (mg): 9,07 Energia (Kcal): 707,70					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 21,04 Lipídios (g): 23,94 Carboidrato (g): 106,93 Cálcio (mg): 476,77 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 1659,74 Vitamina C (mg): 23,83 Energia (Kcal): 717,09					

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					• CANJICA 200G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• LEITE COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • PÃO DE MILHO (1 un / 50G) • REQUEIJÃO CREMOSO 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 10,35 Lipídios (g): 10,61 Carboidrato (g): 60,61 Cálcio (mg): 245,95 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 4463,69 Vitamina C (mg): 1,25 Energia (Kcal): 375,01					

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	• SUCO POLPA DE UVA 200ML • PÃO DE CENOURA (1 un / 50G) • FRANGO PARA PÃO COM TOMATE 60G	• SAGU DE UVA 150G • CREME DE LEITE 20G • CAQUI (1 un / 120G)	• SOPA DE BATATA COM CARNE, CENOURA E MACARRÃO 150G • PONKAN (1 un / 120G)	• SUCO POLPA DE MARACUJÁ 200ML • PÃO DE LEITE (1 un / 50G) • CACHORRO QUENTE (MOLHO 20ML E SALSICHA 50G) (1 un / 70G)	• BANANA (1 un / 130G) • PURÊ DE BATATA 80G • ISCAS DE FRANGO E CENOURA 60G	• LEITE COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • PÃO DE MILHO (1 un / 50G) • REQUEIJÃO CREMOSO 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 13,46 Lipídios (g): 7,49 Carboidrato (g): 50,35 Cálcio (mg): 124,04 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 106,33 Vitamina C (mg): 30,25 Energia (Kcal): 317,60					

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	• RISOTO DE FRANGO E ABOBRINHA 150G • PONKAN (1 un / 120G)	• SUCO POLPA DE GOIABA 200ML • SANDUÍCHE NATURAL 100G	• SOPA DE ARROZ COM CARNE, BATATA E COUVE 150G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• VITAMINA DE GOIABA 180ML • BOLO DE CENOURA (1 un / 50G)	• MACARRÃO PARAFUSO 100G • MOLHO DE CARNE E CHUCHU 50G • LARANJA (1 un / 100G)	• LEITE COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • PÃO DE MILHO (1 un / 50G) • REQUEIJÃO CREMOSO 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 12,39 Lipídios (g): 7,24 Carboidrato (g): 47,78 Cálcio (mg): 126,69 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 78,09 Vitamina C (mg): 25,29 Energia (Kcal): 301,89					

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	• SUCO POLPA DE MAÇÃ 200ML • PÃO DE MILHO (1 un / 50G) • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G	• IOGURTE DE MORANGO 180G • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 50G • CAQUI (1 un / 120G)	• SOPA DE ARROZ COM FRANGO, BATATA E CENOURA 150G • BANANA (1 un / 130G)	• SUCO POLPA DE LARANJA 200ML • PÃO DE AVEIA (1 un / 50G) • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G	• MACARRÃO PARAFUSO 100G • MOLHO DE CARNE E CHUCHU 50G • MELÃO FATIADO 150G	• LEITE COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • PÃO DE MILHO (1 un / 50G) • REQUEIJÃO CREMOSO 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 15,60 Lipídios (g): 5,38 Carboidrato (g): 58,68 Cálcio (mg): 110,88 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 73,74 Vitamina C (mg): 13,17 Energia (Kcal): 341,87					

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	• RISOTO DE CARNE E ABOBRINHA 150G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• SOPA DE FUBÁ COM CARNE, BATATA, COUVE E ERVILHA 150G • MELÃO FATIADO 150G	• SUCO POLPA DE UVA 200ML • PÃO DE LEITE (1 un / 50G) • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G	• PURÊ DE BATATA 80G • MOLHO DE FRANGO E VAGEM 50G • PONKAN (1 un / 120G)	• CANJICA 200G • CAQUI (1 un / 120G)	• LEITE COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • PÃO DE MILHO (1 un / 50G) • REQUEIJÃO CREMOSO 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 14,26 Lipídios (g): 7,18 Carboidrato (g): 49,52 Cálcio (mg): 137,65 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 1619,08 Vitamina C (mg): 31,87 Energia (Kcal): 314,24					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 13,65 Lipídios (g): 7,12 Carboidrato (g): 52,28 Cálcio (mg): 134,13 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 776,57 Vitamina C (mg): 23,30 Energia (Kcal): 323,21					

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					• RISOTO DE CARNE E BRÓCOLIS 150G • MELÃO FATIADO 150G	• LEITE COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • PÃO DE MILHO (1 un / 50G) • REQUEIJÃO CREMOSO 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 12,93 Lipídios (g): 7,11 Carboidrato (g): 41,55 Cálcio (mg): 159,08 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 227,36 Vitamina C (mg): 15,48 Energia (Kcal): 280,02					

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	• MAÇÃ (1 un / 100G) • PURÊ DE BATATA 80G • ISCAS DE FRANGO E CENOURA 60G	• BANANA (1 un / 130G) • SOPA DE BATATA COM CARNE, CENOURA E MACARRÃO 150G	• SUCO POLPA DE MARACUJÁ 200ML • PÃO DE CENOURA (1 un / 50G) • FRANGO PARA PÃO COM TOMATE 60G	• SAGU DE UVA 150G • CREME DE LEITE 20G • BANANA (1 un / 130G)	• SUCO POLPA DE UVA 200ML • PÃO DE LEITE (1 un / 50G) • CACHORRO QUENTE (MOLHO 20ML E SALSICHA 50G) (1 un / 70G)	• LEITE COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • PÃO DE MILHO (1 un / 50G) • REQUEIJÃO CREMOSO 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 13,57 Lipídios (g): 7,49 Carboidrato (g): 52,25 Cálcio (mg): 118,95 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 110,03 Vitamina C (mg): 16,23 Energia (Kcal): 324,85					

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	• RISOTO DE FRANGO E ABOBRINHA 150G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• SOPA DE ARROZ COM CARNE, BATATA E COUVE 150G • MELÃO FATIADO 150G	• SUCO POLPA DE GOIABA 200ML • SANDUÍCHE NATURAL 100G	• MACARRÃO PARAFUSO 100G • MOLHO DE CARNE E CHUCHU 50G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• VITAMINA DE GOIABA 180ML • BOLO DE CENOURA (1 un / 50G)	• LEITE COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • PÃO DE MILHO (1 un / 50G) • REQUEIJÃO CREMOSO 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 12,30 Lipídios (g): 7,20 Carboidrato (g): 49,20 Cálcio (mg): 121,66 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 114,00 Vitamina C (mg): 9,63 Energia (Kcal): 306,45					

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 • ISCAS DE CARNE E TOMATE 60G • MELÃO FATIADO 150G	• MAÇÃ (1 un / 100G) • SOPA DE ARROZ COM FRANGO, BATATA E CENOURA 150G	• IOGURTE DE MORANGO 180G • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 50G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• SUCO POLPA DE MAÇÃ 200ML • PÃO DE MILHO (1 un / 50G) • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G	• SUCO POLPA DE LARANJA 200ML • PÃO DE AVEIA (1 un / 50G) • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G	• LEITE COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • PÃO DE MILHO (1 un / 50G) • REQUEIJÃO CREMOSO 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 15,94 Lipídios (g): 5,47 Carboidrato (g): 54,70 Cálcio (mg): 107,27 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 71,75 Vitamina C (mg): 6,84 Energia (Kcal): 330,04					

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	• MAÇÃ (1 un / 100G) • PURÊ DE BATATA 80G • MOLHO DE FRANGO E VAGEM 50G	• RISOTO DE CARNE E ABOBRINHA 150G • MELÃO FATIADO 150G	• SOPA DE FUBÁ COM CARNE, BATATA, COUVE E ERVILHA 150G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• SUCO POLPA DE UVA 200ML • PÃO DE LEITE (1 un / 50G) • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G	• SAGU DE UVA 150G • CREME DE LEITE 20G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• LEITE COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • PÃO DE MILHO (1 un / 50G) • REQUEIJÃO CREMOSO 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 13,25 Lipídios (g): 6,13 Carboidrato (g): 45,71 Cálcio (mg): 119,15 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 160,31 Vitamina C (mg): 17,71 Energia (Kcal): 286,00					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 13,70 Lipídios (g): 6,61 Carboidrato (g): 49,78 Cálcio (mg): 120,01 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 122,74 Vitamina C (mg): 12,82 Energia (Kcal): 309,39					