

### Observações

OBSERVAÇÃO: ALIMENTOS E PREPARAÇÕES NÃO PODEM CONTER GLUTÉN/TRAÇOS DE GLÚTEN. TODOS OS UTENSÍLIOS UTILIZADOS, INCLUINDO ESPONJA, DEVEM SER IDENTIFICADOS, ARMAZENADOS E HIGIENIZADOS SEPARADAMENTE.

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"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• FEIJÃO CARIOLA 90G</li> <li>• FRANGO AO MOLHO 110G</li> <li>• BATATA DOCE ASSADA 50G</li> <li>• SALADA DE ALFACE COM TOMATE 25G</li> <li>• MANGA PICADA 100G</li> </ul>	
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 38,55 Lipídios (g): 29,48 Carboidrato (g): 95,52 Cálcio (mg): 87,24 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 3122,65 Vitamina C (mg): 32,68 Energia (Kcal): 801,42					

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"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• FEIJÃO CARIOSA 90G</li> <li>• ALMÔNDEGAS DE CARNE ASSADAS AO SUGO SEM GLÚTEN E OVO 100G</li> <li>• MACARRÃO SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA ALHO E ÓLEO 80G</li> <li>• SALADA DE CHUCHU 40G</li> <li>• SALADA DE FRUTAS SEM ABACAXI 100G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 90G</li> <li>• CARNE MOÍDA COM TOMATE E CHEIRO VERDE 100G</li> <li>• BETERRABA COZIDA 70G</li> <li>• SALADA DE PEPINO 40G</li> <li>• MELÃO 150G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• FEIJÃO CARIOSA 90G</li> <li>• PICADINHO DE CARNE 100G</li> <li>• FAROFA DE COUVE 30G</li> <li>• SALADA DE TOMATE 60G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 90G</li> <li>• ISCAS DE FRANGO AO SUGO 110G</li> <li>• CREME DE MANGA COM LEITE DE SOJA 90G</li> <li>• BATATA PALHA 25G</li> <li>• SALADA DE ALFACE 15G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MANGA PICADA 100G</li> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• PEITO DE FRANGO GRELHADO (1 un / 80G)</li> <li>• ABÓBORA REFOGADA 58G</li> <li>• SALADA DE REPOLHO COM LIMÃO 40G</li> <li>• FEIJÃO CARIOSA 90G</li> </ul>	
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 41,33 Lipídios (g): 15,26 Carboidrato (g): 90,19 Cálcio (mg): 80,14 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 367,62 Vitamina C (mg): 32,54 Energia (Kcal): 656,89					

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
ALMOÇO	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 90G</li> <li>• ISCAS DE CARNE AO SUGO 100G</li> <li>• BATATA PALHA 25G</li> <li>• SALADA DE CENOURA COZIDA 40G</li> <li>• MANGA PICADA 100G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• FEIJÃO CARIOLA 90G</li> <li>• ISCAS DE FRANGO AO SUGO 110G</li> <li>• BRÓCOLIS REFOGADO 50G</li> <li>• SALADA DE TOMATE 60G</li> <li>• SALADA DE FRUTAS SEM ABACAXI 100G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 90G</li> <li>• BARREADO (DIETA) 110G</li> <li>• FARINHA DE MANDIOCA TORRADA 35G</li> <li>• SALADA DE ALFACE COM TOMATE 25G</li> <li>• MELÃO 150G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• FEIJÃO CARIOLA 90G</li> <li>• FRANGO AO MOLHO 110G</li> <li>• CENOURA REFOGADA 30G</li> <li>• SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 40G</li> <li>• MANGA PICADA 100G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 90G</li> <li>• CARNE MOÍDA COM TOMATE E CHEIRO VERDE 100G</li> <li>• POLENTA CREMOSA 90G</li> <li>• SALADA DE PEPINO 40G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul>	
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 39,99 Lipídios (g): 18,33 Carboidrato (g): 87,34 Cálcio (mg): 87,96 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 400,28 Vitamina C (mg): 34,41 Energia (Kcal): 670,74					

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
ALMOÇO	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• FEIJÃO CARIOLA 90G</li> <li>• FRANGO AO MOLHO 110G</li> <li>• BATATA ASSADA COM AZEITE, ORÉGANO E TOMATE 70G</li> <li>• SALADA DE BRÓCOLIS COM LIMÃO 30G</li> <li>• MANGA PICADA 100G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 90G</li> <li>• CARNE DE PANELA COM MANJERICÃO 100G</li> <li>• FAROFA DE CENOURA 45G</li> <li>• SALADA DE PEPINO 40G</li> <li>• SAGU DE UVA 100G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• FEIJÃO CARIOLA 90G</li> <li>• ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 80G</li> <li>• CREME DE MILHO SEM LEITE 50G</li> <li>• SALADA DE BETERRABA COZIDA 50G</li> <li>• SALADA DE FRUTAS SEM ABACAXI 100G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• BIFE COM MOLHO 100G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 90G</li> <li>• ABOBRINHA REFOGADA COM TOMATE 35G</li> <li>• SALADA DE CENOURA RALADA COM LIMÃO 25G</li> <li>• MANGA PICADA 100G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• FEIJÃO CARIOLA 90G</li> <li>• ALMÔNDEGAS DE FRANGO ASSADAS AO SUGO SEM GLÚTEN E SEM OVO 100G</li> <li>• PURÊ DE BATATA SEM LEITE 40G</li> <li>• SALADA DE ALFACE COM TOMATE 25G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul>	
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 38,53 Lipídios (g): 15,70 Carboidrato (g): 91,43 Cálcio (mg): 78,82 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 225,57 Vitamina C (mg): 34,56 Energia (Kcal): 658,43					

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"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 90G</li> <li>• PICADINHO DE CARNE 100G</li> <li>• MACARRÃO SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA ALHO E ÓLEO 80G</li> <li>• SALADA DE REPOLHO AO VINAGRETE 40G</li> <li>• MANGA PICADA 100G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• FEIJÃO CARIOCA 90G</li> <li>• FRANGO COM CENOURA E PIMENTÃO 150G</li> <li>• ACELGA REFOGADA 45G</li> <li>• SALADA DE ALFACE 15G</li> <li>• SALADA DE FRUTAS SEM ABACAXI 100G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• MELÃO 150G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 90G</li> <li>• CARNE MOÍDA COM TOMATE E CHEIRO VERDE 100G</li> <li>• SALADA DE TOMATE 60G</li> <li>• CENOURA E REPOLHO REFOGADOS 60G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• FEIJÃO CARIOCA 90G</li> <li>• PEITO DE FRANGO GRELHADO (1 un / 80G)</li> <li>• BATATA SAUTÉ 55G</li> <li>• SALADA DE CENOURA RALADA COM LIMÃO 25G</li> <li>• MELÃO 150G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 90G</li> <li>• BARREADO (DIETA) 110G</li> <li>• FARINHA DE MANDIOCA TORRADA 35G</li> <li>• SALADA DE CENOURA COZIDA 40G</li> <li>• MELÃO 150G</li> </ul>	

Tabela Nutricional

Cálculo Semanal	Proteína (g): 38,52 Lipídios (g): 16,18 Carboidrato (g): 91,28 Cálcio (mg): 79,52 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 507,81 Vitamina C (mg): 38,82 Energia (Kcal): 662,17
Cálculo Mensal	Proteína (g): 39,54 Lipídios (g): 16,99 Carboidrato (g): 90,32 Cálcio (mg): 81,88 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 506,15 Vitamina C (mg): 34,97 Energia (Kcal): 668,69

### Observações

OBSERVAÇÃO: ALIMENTOS E PREPARAÇÕES NÃO PODEM CONTER GLUTÉN/TRAÇOS DE GLÚTEN. TODOS OS UTENSÍLIOS UTILIZADOS, INCLUINDO ESPONJA, DEVEM SER IDENTIFICADOS, ARMAZENADOS E HIGIENIZADOS SEPARADAMENTE.

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"> <li>• RISOTO DE CARNE E BRÓCOLIS 150G</li> <li>• MELÃO FATIADO 150G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> </ul>

### Tabela Nutricional

Cálculo Semanal	Proteína (g): 12,32 Lipídios (g): 4,29 Carboidrato (g): 45,19 Cálcio (mg): 42,32 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 173,12 Vitamina C (mg): 15,77 Energia (Kcal): 267,61
-----------------	--

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"> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> <li>• PURÊ DE BATATA SEM LEITE 80G</li> <li>• ISCAS DE FRANGO E CENOURA 60G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MANGA PICADA 100G</li> <li>• SOPA DE BATATA COM CARNE, CENOURA E MACARRÃO SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA 150G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE MARACUJÁ 200ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G</li> <li>• FRANGO PARA PÃO COM TOMATE 60G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SAGU DE UVA 150G</li> <li>• CREME DE LEITE DE SOJA 20G</li> <li>• MANGA PICADA 100G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE UVA 200ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G</li> <li>• FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> </ul>
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 13,96 Lipídios (g): 3,88 Carboidrato (g): 47,40 Cálcio (mg): 24,32 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 105,99 Vitamina C (mg): 17,25 Energia (Kcal): 278,73					

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"> <li>• RISOTO DE FRANGO E ABOBRINHA 150G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SOPA DE ARROZ COM CARNE, BATATA E COUVE 150G</li> <li>• MELÃO FATIADO 150G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE GOIABA 200ML</li> <li>• SANDUÍCHE NATURAL SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 100G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MACARRÃO SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA 100G</li> <li>• MOLHO DE CARNE E CHUCHU 50G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• BOLO DE CENOURA SEM GLÚTEN, LEITE E SEM OVOS 50G</li> <li>• VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE SOJA 180ML</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> </ul>
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 11,09 Lipídios (g): 5,00 Carboidrato (g): 49,20 Cálcio (mg): 26,29 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 70,62 Vitamina C (mg): 9,85 Energia (Kcal): 282,44					

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"> <li>• MACARRÃO SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA 100G</li> <li>• ISCAS DE CARNE E TOMATE 60G</li> <li>• MELÃO FATIADO 150G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> <li>• SOPA DE ARROZ COM FRANGO, BATATA E CENOURA 150G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• IOGURTE DE SOJA SABOR MORANGO 180ML</li> <li>• FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE MAÇÃ 200ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G</li> <li>• FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE LARANJA 200ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G</li> <li>• CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> </ul>
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 14,21 Lipídios (g): 3,98 Carboidrato (g): 49,64 Cálcio (mg): 225,66 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 50,43 Vitamina C (mg): 6,28 Energia (Kcal): 290,47					

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"> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> <li>• PURÊ DE BATATA SEM LEITE 80G</li> <li>• MOLHO DE FRANGO E VAGEM 50G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• RISOTO DE CARNE E ABOBRINHA 150G</li> <li>• MELÃO FATIADO 150G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SOPA DE FUBÁ COM CARNE, BATATA, COUVE E ERVILHA 150G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE UVA 200ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G</li> <li>• CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SAGU DE UVA 150G</li> <li>• CREME DE LEITE DE SOJA 20G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G</li> <li>• REQUEIJÃO DE SOJA 15G</li> </ul>
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 11,72 Lipídios (g): 3,58 Carboidrato (g): 45,33 Cálcio (mg): 23,06 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 117,21 Vitamina C (mg): 17,87 Energia (Kcal): 256,78					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 12,71 Lipídios (g): 4,13 Carboidrato (g): 47,68 Cálcio (mg): 72,33 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 92,76 Vitamina C (mg): 13,04 Energia (Kcal): 276,38					