

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 MANHÃ					<ul style="list-style-type: none"> • BANANA (1 un / 130G) • RISOTO DE CARNE E BRÓCOLIS 150G 	<ul style="list-style-type: none"> • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G
REGULAR TARDE					<ul style="list-style-type: none"> • BANANA (1 un / 130G) • RISOTO DE CARNE E BRÓCOLIS 150G 	<ul style="list-style-type: none"> • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 27,03 Lipídios (g): 8,90 Carboidrato (g): 138,54 Cálcio (mg): 88,28 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 169,19 Vitamina C (mg): 30,80 Energia (Kcal): 719,16					

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 MANHÃ	<ul style="list-style-type: none"> • PURÊ DE BATATA SEM LEITE 80G • ISCAS DE FRANGO E CENOURA 60G • MELÃO FATIADO 150G 	<ul style="list-style-type: none"> • BANANA (1 un / 130G) • SOPA DE BATATA COM CARNE, CENOURA E MACARRÃO SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA 150G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE MARACUJÁ 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 100G • ISCAS DE CARNE E TOMATE 60G • PONKAN (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE SOJA 180ML • BOLO DE LARANJA SEM LEITE E OVOS 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • REQUEijÃO DE SOJA 15G • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G
REGULAR TARDE	<ul style="list-style-type: none"> • PURÊ DE BATATA SEM LEITE 80G • ISCAS DE FRANGO E CENOURA 60G • MELÃO FATIADO 150G 	<ul style="list-style-type: none"> • BANANA (1 un / 130G) • SOPA DE BATATA COM CARNE, CENOURA E MACARRÃO SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA 150G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE MARACUJÁ 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 100G • ISCAS DE CARNE E TOMATE 60G • PONKAN (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE SOJA 180ML • BOLO DE LARANJA SEM LEITE E OVOS 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • REQUEijÃO DE SOJA 15G • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 29,13 Lipídios (g): 9,06 Carboidrato (g): 95,33 Cálcio (mg): 53,61 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 195,15 Vitamina C (mg): 55,26 Energia (Kcal): 575,44					

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 MANHÃ	<ul style="list-style-type: none"> ● PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G ● SUCO POLPA DE ACEROLA 200ML ● CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G 	<ul style="list-style-type: none"> ● SUCO POLPA DE GOIABA 200ML ● SANDUÍCHE NATURAL SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 100G 	<ul style="list-style-type: none"> ● SOPA DE ARROZ COM FRANGO, BATATA E CENOURA 150G ● BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● MACARRÃO SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA 100G ● MOLHO DE CARNE E CHUCHU 50G ● LARANJA (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● SAGU DE UVA 150G ● CREME DE LEITE DE SOJA 20G ● CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G ● LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G
REGULAR TARDE	<ul style="list-style-type: none"> ● SUCO POLPA DE ACEROLA 200ML ● PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G ● CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G 	<ul style="list-style-type: none"> ● SUCO POLPA DE GOIABA 200ML ● SANDUÍCHE NATURAL SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 100G 	<ul style="list-style-type: none"> ● SOPA DE ARROZ COM FRANGO, BATATA E CENOURA 150G ● BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● MACARRÃO SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA 100G ● MOLHO DE CARNE E CHUCHU 50G ● LARANJA (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● SAGU DE UVA 150G ● CREME DE LEITE DE SOJA 20G ● CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G ● LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 22,12 Lipídios (g): 7,97 Carboidrato (g): 107,19 Cálcio (mg): 52,35 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 98,13 Vitamina C (mg): 248,34 Energia (Kcal): 580,65					

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 MANHÃ	<ul style="list-style-type: none"> • ISCAS DE CARNE E TOMATE 60G • MELÃO FATIADO 150G • MACARRÃO SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA AO SUGO 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • SOPA DE BATATA COM FRANGO, ABOBRINHA, CENOURA E CHUCHU 150G • CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE MAÇÃ 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • IOGURTE DE SOJA SABOR MORANGO 180ML • FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE LARANJA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • REQUEijÃO DE SOJA 15G • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G
REGULAR TARDE	<ul style="list-style-type: none"> • ISCAS DE CARNE E TOMATE 60G • MELÃO FATIADO 150G • MACARRÃO SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA AO SUGO 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • SOPA DE BATATA COM FRANGO, ABOBRINHA, CENOURA E CHUCHU 150G • CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE MAÇÃ 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • IOGURTE DE SOJA SABOR MORANGO 180ML • FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE LARANJA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • REQUEijÃO DE SOJA 15G • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 29,65 Lipídios (g): 8,49 Carboidrato (g): 115,29 Cálcio (mg): 459,77 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 143,07 Vitamina C (mg): 27,46 Energia (Kcal): 650,69					

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 MANHÃ	<ul style="list-style-type: none"> ● PURÊ DE BATATA SEM LEITE 80G ● MOLHO DE FRANGO E VAGEM 50G ● BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● RISOTO DE CARNE E ABOBRINHA 150G ● LARANJA (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML ● BOLO DE CHOCOLATE SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G ● MELÃO FATIADO 150G 	<ul style="list-style-type: none"> ● SUCO POLPA DE UVA 200ML ● PÃO DE AVEIA SEM LEITE E OVOS 50G ● FRANGO PARA PÃO COM TOMATE 60G 	<ul style="list-style-type: none"> ● SOPA DE FUBÁ COM CARNE, BATATA, COUVE E ERVILHA 150G ● CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● REQUEijÃO DE SOJA 15G ● LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G
REGULAR TARDE	<ul style="list-style-type: none"> ● PURÊ DE BATATA SEM LEITE 80G ● MOLHO DE FRANGO E VAGEM 50G ● BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● RISOTO DE CARNE E ABOBRINHA 150G ● LARANJA (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML ● BOLO DE CHOCOLATE SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G ● MELÃO FATIADO 150G 	<ul style="list-style-type: none"> ● SUCO POLPA DE UVA 200ML ● PÃO DE AVEIA SEM LEITE E OVOS 50G ● FRANGO PARA PÃO COM TOMATE 60G 	<ul style="list-style-type: none"> ● SOPA DE FUBÁ COM CARNE, BATATA, COUVE E ERVILHA 150G ● CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● REQUEijÃO DE SOJA 15G ● LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 26,42 Lipídios (g): 11,96 Carboidrato (g): 103,66 Cálcio (mg): 66,09 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 238,51 Vitamina C (mg): 76,56 Energia (Kcal): 616,92					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 26,85 Lipídios (g): 9,34 Carboidrato (g): 107,92 Cálcio (mg): 152,59 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 168,75 Vitamina C (mg): 96,44 Energia (Kcal): 614,64					

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 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 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	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • SALADA DE FRUTAS 100G • ALMÔNDegas DE CARNE ASSADAS AO SUGO SEM GLÚTEN E OVO 100G • MACARRÃO SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA ALHO E ÓLEO 80G • SALADA DE CHUCHU COM CHEIRO VERDE 30G 	<ul style="list-style-type: none"> • FEIJÃO PRETO 90G • SALADA DE PEPINO 40G • ARROZ 110G • CARNE MOÍDA COM TOMATE E CHEIRO VERDE 100G • ABÓBORA REFOGADA 58G • MELÃO 150G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • SALADA DE TOMATE 60G • PICADINHO DE CARNE 100G • FAROFA DE COUVE 30G • LARANJA (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • FEIJÃO PRETO 90G • ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 80G • BATATA PALHA 25G • SALADA DE ALFACE 15G • CREME DE MANGA COM LEITE DE SOJA 90G • ARROZ INTEGRAL 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • PEITO DE FRANGO GRELHADO (1 un / 80G) • BETERRABA COZIDA 70G • SALADA DE REPOLHO COM LIMÃO 40G • PONKAN (1 un / 80G) 	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 41,11 Lipídios (g): 15,44 Carboidrato (g): 84,94 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 337,43 Vitamina C (mg): 55,18 Energia (Kcal): 637,80					

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 • LARANJA (1 un / 100G) • FEIJÃO PRETO 90G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 80G • 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 TOMATE 60G • SALADA DE FRUTAS 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • BARREADO (DIETA) 110G • FARINHA DE MANDIOCA TORRADA 35G • SALADA DE ALFACE COM TOMATE 25G • MELÃO 150G 	<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 • MAÇÃ (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • CARNE MOÍDA COM TOMATE E CHEIRO VERDE 100G • SALADA DE PEPINO COM LIMÃO 40G • CAQUI (1 un / 120G) • QUIRERA 100G 	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 39,68 Lipídios (g): 19,30 Carboidrato (g): 86,24 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 341,97 Vitamina C (mg): 50,53 Energia (Kcal): 675,40					

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 CARIOCA 90G • FRANGO AO MOLHO 110G • BATATA ASSADA COM AZEITE, ORÉGANO E TOMATE 70G • SALADA DE BRÓCOLIS COM LIMÃO 30G • LARANJA (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • FEIJÃO PRETO 90G • CARNE DE PANELA COM MANJERICÃO 100G • FAROFA DE CENOURA 45G • PONKAN (1 un / 80G) • ARROZ COM VAGEM 100G • SALADA DE PEPINO 40G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • FRANGO ASSADO 110G • CREME DE MILHO SEM LEITE 50G • SALADA DE BETERRABA RALADA 25G • SALADA DE FRUTAS 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • BIFE GRELHADO (1 un / 100G) • ABOBRINHA REFOGADA COM TOMATE 35G • SALADA DE CENOURA RALADA COM LIMÃO 25G • SAGU DE UVA 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • ALMÔNDegas DE CARNE ASSADAS AO SUGO SEM GLÚTEN E OVO 100G • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • POLENTA CREMOSA 90G • SALADA DE ALFACE 15G • PONKAN (1 un / 80G) 	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 37,59 Lipídios (g): 20,41 Carboidrato (g): 84,08 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 169,27 Vitamina C (mg): 61,45 Energia (Kcal): 670,04					

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
ALMOÇO	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • PICADINHO DE CARNE 100G • MACARRÃO SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA ALHO E ÓLEO 80G • SALADA DE REPOLHO AO VINAGRETE 40G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • FRANGO COM CENOURA E PIMENTÃO 150G • PURÊ DE AIPIM 65G • SALADA DE ALFACE 15G • SALADA DE FRUTAS 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • CARNE MOÍDA COM TOMATE E CHEIRO VERDE 100G • ACELGA REFOGADA 45G • MELÃO 150G • SALADA DE TOMATE 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • PEITO DE FRANGO GRELHADO (1 un / 80G) • CHUCHU REFOGADO 50G • SALADA DE BETERRABA RALADA 25G • LARANJA (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • BARREADO (DIETA) 110G • FARINHA DE MANDIOCA TORRADA 35G • SALADA DE CENOURA COZIDA 40G • PONKAN (1 un / 80G) 	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 38,47 Lipídios (g): 17,32 Carboidrato (g): 98,55 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 295,45 Vitamina C (mg): 57,25 Energia (Kcal): 700,35					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 39,21 Lipídios (g): 18,65 Carboidrato (g): 89,44 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 415,50 Vitamina C (mg): 54,84 Energia (Kcal): 679,50					

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 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 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	<ul style="list-style-type: none"> • 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) 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • SALADA DE ALFACE 15G • ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 80G • BATATA PALHA 25G • CREME DE MANGA COM LEITE DE SOJA 90G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • PEITO DE FRANGO GRELHADO (1 un / 80G) • BETERRABA COZIDA 70G • SALADA DE PEPINO 40G • MELÃO 150G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ INTEGRAL 100G • FEIJÃO PRETO 90G • PICADINHO DE CARNE 100G • FAROFA DE COUVE 30G • SALADA DE TOMATE 60G • LARANJA (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • ALMÔNDEGAS DE CARNE ASSADAS AO SUGO SEM GLÚTEN E OVO 100G • MACARRÃO SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA ALHO E ÓLEO 80G • SALADA DE CHUCHU COM CHEIRO VERDE 30G • SALADA DE FRUTAS 100G 	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 41,11 Lipídios (g): 15,44 Carboidrato (g): 84,94 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 337,43 Vitamina C (mg): 55,18 Energia (Kcal): 637,80					

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 • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 80G • BATATA PALHA 25G • FEIJÃO PRETO 90G • SALADA DE CENOURA COZIDA 40G • LARANJA (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • SALADA DE TOMATE 60G • SALADA DE FRUTAS 100G • FEIJÃO CARIOCA 90G • FRANGO ASSADO 110G • BRÓCOLIS REFOGADO 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • BARREADO (DIETA) 110G • FARINHA DE MANDIOCA TORRADA 35G • SALADA DE ALFACE COM TOMATE 25G • MELÃO 150G 	<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 • MAÇÃ (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • 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): 39,68 Lipídios (g): 19,30 Carboidrato (g): 86,24 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 341,97 Vitamina C (mg): 50,53 Energia (Kcal): 675,40					

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 CARIOCA 90G • PONKAN (1 un / 80G) • CARNE DE PANELA COM MANJERICÃO 100G • FAROFA DE CENOURA 45G • SALADA DE PEPINO 40G 	<ul style="list-style-type: none"> • FEIJÃO PRETO 90G • SALADA DE FRUTAS 100G • ARROZ COM VAGEM 100G • FRANGO ASSADO 110G • CREME DE MILHO SEM LEITE 50G • SALADA DE BETERRABA RALADA 25G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • SAGU DE UVA 100G • FEIJÃO CARIOCA 90G • BIFE GRELHADO (1 un / 100G) • ABOBRINHA REFOGADA COM TOMATE 35G • SALADA DE CENOURA RALADA COM LIMÃO 25G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • PONKAN (1 un / 80G) • FEIJÃO PRETO 90G • ALMÔNDEGAS DE CARNE ASSADAS AO SUGO SEM GLÚTEN E OVO 100G • POLENTA CREMOSA 90G • SALADA DE ALFACE COM TOMATE 25G 	<ul style="list-style-type: none"> • 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): 37,62 Lipídios (g): 20,41 Carboidrato (g): 84,24 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 171,00 Vitamina C (mg): 61,95 Energia (Kcal): 670,73					

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 • PEITO DE FRANGO GRELHADO (1 un / 80G) • FEIJÃO PRETO 90G • CHUCHU REFOGADO 50G • SALADA DE BETERRABA RALADA 25G • LARANJA (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • BARREADO (DIETA) 110G • FARINHA DE MANDIOCA TORRADA 35G • SALADA DE CENOURA COZIDA 40G • PONKAN (1 un / 80G) 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • FRANGO COM CENOURA E PIMENTÃO 150G • PURÊ DE AIPIM 65G • SALADA DE ALFACE 15G • SALADA DE FRUTAS 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • PICADINHO DE CARNE 100G • MACARRÃO SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA ALHO E ÓLEO 80G • SALADA DE REPOLHO AO VINAGRETE 40G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • 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): 38,47 Lipídios (g): 17,32 Carboidrato (g): 98,55 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 295,45 Vitamina C (mg): 57,25 Energia (Kcal): 700,35					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 39,26 Lipídios (g): 17,70 Carboidrato (g): 88,96 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 278,20 Vitamina C (mg): 57,53 Energia (Kcal): 669,36					

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 MANHÃ					<ul style="list-style-type: none"> • VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE SOJA 180ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G
REGULAR TARDE					<ul style="list-style-type: none"> • VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE SOJA 180ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 18,28 Lipídios (g): 20,41 Carboidrato (g): 111,23 Cálcio (mg): 85,53 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 0,30 Vitamina C (mg): 37,62 Energia (Kcal): 697,63					

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 MANHÃ	<ul style="list-style-type: none"> • BOLO DE LARANJA SEM LEITE E OVOS 50G • VITAMINA DE BANANA COM LEITE DE SOJA 180ML 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 100G • ISCAS DE CARNE E TOMATE 60G • PONKAN (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SOPA DE BATATA COM CARNE, CENOURA E MACARRÃO SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA 150G • CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE MARACUJÁ 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • PURÊ DE BATATA SEM LEITE 80G • ISCAS DE FRANGO E CENOURA 60G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G
REGULAR TARDE	<ul style="list-style-type: none"> • BOLO DE LARANJA SEM LEITE E OVOS 50G • VITAMINA DE BANANA COM LEITE DE SOJA 180ML 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 100G • ISCAS DE CARNE E TOMATE 60G • PONKAN (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SOPA DE BATATA COM CARNE, CENOURA E MACARRÃO SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA 150G • CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE MARACUJÁ 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • PURÊ DE BATATA SEM LEITE 80G • ISCAS DE FRANGO E CENOURA 60G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 29,01 Lipídios (g): 9,12 Carboidrato (g): 101,96 Cálcio (mg): 59,86 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 127,73 Vitamina C (mg): 63,34 Energia (Kcal): 598,72					

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 MANHÃ	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE GOIABA 200ML • SANDUÍCHE NATURAL SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • MACARRÃO SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA 100G • MOLHO DE CARNE E CHUCHU 50G • LARANJA (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • BANANA (1 un / 130G) • SAGU DE UVA 150G • CREME DE LEITE DE SOJA 20G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE ACEROLA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • SOPA DE ARROZ COM FRANGO, BATATA E CENOURA 150G • MELÃO FATIADO 150G 	<ul style="list-style-type: none"> • REQUEijÃO DE SOJA 15G • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G
REGULAR TARDE	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE GOIABA 200ML • SANDUÍCHE NATURAL SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • MACARRÃO SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA 100G • MOLHO DE CARNE E CHUCHU 50G • LARANJA (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SAGU DE UVA 150G • CREME DE LEITE DE SOJA 20G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE ACEROLA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • SOPA DE ARROZ COM FRANGO, BATATA E CENOURA 150G • MELÃO FATIADO 150G 	<ul style="list-style-type: none"> • REQUEijÃO DE SOJA 15G • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 22,12 Lipídios (g): 7,66 Carboidrato (g): 100,01 Cálcio (mg): 46,96 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 169,28 Vitamina C (mg): 241,82 Energia (Kcal): 549,00					

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 MANHÃ	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE LARANJA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • SOPA DE BATATA COM FRANGO, ABOBRINHA, CENOURA E CHUCHU 150G • CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • SUCO POLPA DE MAÇÃ 200ML • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • IOGURTE DE SOJA SABOR MORANGO 180ML • FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • ISCAS DE CARNE E TOMATE 60G • MELÃO FATIADO 150G • MACARRÃO SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA AO SUGO 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • REQUEijÃO DE SOJA 15G • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G
REGULAR TARDE	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE LARANJA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • SOPA DE BATATA COM FRANGO, ABOBRINHA, CENOURA E CHUCHU 150G • CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE MAÇÃ 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • IOGURTE DE SOJA SABOR MORANGO 180ML • FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • ISCAS DE CARNE E TOMATE 60G • MELÃO FATIADO 150G • MACARRÃO SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA AO SUGO 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • REQUEijÃO DE SOJA 15G • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 29,65 Lipídios (g): 8,49 Carboidrato (g): 115,29 Cálcio (mg): 459,77 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 143,07 Vitamina C (mg): 27,46 Energia (Kcal): 650,69					

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 MANHÃ	<ul style="list-style-type: none"> • SOPA DE FUBÁ COM CARNE, BATATA, COUVE E ERVILHA 150G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • RISOTO DE CARNE E ABOBRINHA 150G • LARANJA (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • PURÊ DE BATATA SEM LEITE 80G • MOLHO DE FRANGO E VAGEM 50G • PONKAN (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE UVA 200ML • PÃO DE AVEIA SEM LEITE E OVOS 50G • FRANGO PARA PÃO COM TOMATE 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • REQUEijÃO DE SOJA 15G • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G
REGULAR TARDE	<ul style="list-style-type: none"> • SOPA DE FUBÁ COM CARNE, BATATA, COUVE E ERVILHA 150G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • RISOTO DE CARNE E ABOBRINHA 150G • LARANJA (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • PURÊ DE BATATA SEM LEITE 80G • MOLHO DE FRANGO E VAGEM 50G • PONKAN (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE UVA 200ML • PÃO DE AVEIA SEM LEITE E OVOS 50G • FRANGO PARA PÃO COM TOMATE 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • REQUEijÃO DE SOJA 15G • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 26,34 Lipídios (g): 11,99 Carboidrato (g): 102,89 Cálcio (mg): 69,49 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 167,37 Vitamina C (mg): 90,76 Energia (Kcal): 614,04					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 26,13 Lipídios (g): 10,17 Carboidrato (g): 105,51 Cálcio (mg): 153,37 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 140,20 Vitamina C (mg): 100,60 Energia (Kcal): 610,38					

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 MANHÃ					<ul style="list-style-type: none"> • VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE SOJA 180ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G
REGULAR TARDE					<ul style="list-style-type: none"> • VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE SOJA 180ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 18,28 Lipídios (g): 20,41 Carboidrato (g): 111,23 Cálcio (mg): 85,53 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 0,30 Vitamina C (mg): 37,62 Energia (Kcal): 697,63					

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 MANHÃ	<ul style="list-style-type: none"> ● PURÊ DE BATATA SEM LEITE 80G ● ISCAS DE FRANGO E CENOURA 60G ● CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● SOPA DE BATATA COM CARNE, CENOURA E MACARRÃO SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA 150G ● BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● SUCO POLPA DE MARACUJÁ 200ML ● PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G ● FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G 	<ul style="list-style-type: none"> ● ARROZ 100G ● ISCAS DE CARNE E TOMATE 60G ● PONKAN (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● BOLO DE LARANJA SEM LEITE E OVOS 50G ● VITAMINA DE BANANA COM LEITE DE SOJA 180ML 	<ul style="list-style-type: none"> ● REQUEijÃO DE SOJA 15G ● LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G
REGULAR TARDE	<ul style="list-style-type: none"> ● PURÊ DE BATATA SEM LEITE 80G ● ISCAS DE FRANGO E CENOURA 60G ● CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● SOPA DE BATATA COM CARNE, CENOURA E MACARRÃO SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA 150G ● BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● SUCO POLPA DE MARACUJÁ 200ML ● PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G ● FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G 	<ul style="list-style-type: none"> ● ARROZ 100G ● ISCAS DE CARNE E TOMATE 60G ● PONKAN (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● VITAMINA DE BANANA COM LEITE DE SOJA 180ML ● BOLO DE LARANJA SEM LEITE E OVOS 50G 	<ul style="list-style-type: none"> ● REQUEijÃO DE SOJA 15G ● LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 29,01 Lipídios (g): 9,12 Carboidrato (g): 101,96 Cálcio (mg): 59,86 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 127,73 Vitamina C (mg): 63,34 Energia (Kcal): 598,72					

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 MANHÃ	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE ACEROLA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE GOIABA 200ML • SANDUÍCHE NATURAL SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • SOPA DE ARROZ COM FRANGO, BATATA E CENOURA 150G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • MACARRÃO SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA 100G • MOLHO DE CARNE E CHUCHU 50G • MELÃO FATIADO 150G 	<ul style="list-style-type: none"> • SAGU DE UVA 150G • CREME DE LEITE DE SOJA 20G • CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G
REGULAR TARDE	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE ACEROLA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE GOIABA 200ML • SANDUÍCHE NATURAL SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • SOPA DE ARROZ COM FRANGO, BATATA E CENOURA 150G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • MACARRÃO SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA 100G • MOLHO DE CARNE E CHUCHU 50G • MELÃO FATIADO 150G 	<ul style="list-style-type: none"> • SAGU DE UVA 150G • CREME DE LEITE DE SOJA 20G • CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 21,92 Lipídios (g): 7,64 Carboidrato (g): 104,76 Cálcio (mg): 46,81 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 168,61 Vitamina C (mg): 235,76 Energia (Kcal): 565,28					

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 MANHÃ	<ul style="list-style-type: none"> • ISCAS DE CARNE E TOMATE 60G • MELÃO FATIADO 150G • MACARRÃO SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA AO SUGO 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • SOPA DE BATATA COM FRANGO, ABOBRINHA, CENOURA E CHUCHU 150G • CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE MAÇÃ 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • IOGURTE DE SOJA SABOR MORANGO 180ML • FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE LARANJA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G
REGULAR TARDE	<ul style="list-style-type: none"> • ISCAS DE CARNE E TOMATE 60G • MELÃO FATIADO 150G • MACARRÃO SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA AO SUGO 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • SOPA DE BATATA COM FRANGO, ABOBRINHA, CENOURA E CHUCHU 150G • CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE MAÇÃ 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • IOGURTE DE SOJA SABOR MORANGO 180ML • FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE LARANJA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 29,65 Lipídios (g): 8,49 Carboidrato (g): 115,29 Cálcio (mg): 459,77 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 143,07 Vitamina C (mg): 27,46 Energia (Kcal): 650,69					

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 MANHÃ	<ul style="list-style-type: none"> • PURÊ DE BATATA SEM LEITE 80G • MOLHO DE FRANGO E VAGEM 50G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • RISOTO DE CARNE E ABOBRINHA 150G • LARANJA (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SOPA DE FUBÁ COM CARNE, BATATA, COUVE E ERVILHA 150G • CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE UVA 200ML • PÃO DE AVEIA SEM LEITE E OVOS 50G • FRANGO PARA PÃO COM TOMATE 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • MELÃO FATIADO 150G 	<ul style="list-style-type: none"> • REQUEijÃO DE SOJA 15G • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G
REGULAR TARDE	<ul style="list-style-type: none"> • PURÊ DE BATATA SEM LEITE 80G • MOLHO DE FRANGO E VAGEM 50G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • RISOTO DE CARNE E ABOBRINHA 150G • LARANJA (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SOPA DE FUBÁ COM CARNE, BATATA, COUVE E ERVILHA 150G • CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE UVA 200ML • PÃO DE AVEIA SEM LEITE E OVOS 50G • FRANGO PARA PÃO COM TOMATE 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • MELÃO FATIADO 150G 	<ul style="list-style-type: none"> • REQUEijÃO DE SOJA 15G • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 26,42 Lipídios (g): 11,96 Carboidrato (g): 103,66 Cálcio (mg): 66,09 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 238,51 Vitamina C (mg): 76,56 Energia (Kcal): 616,92					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 26,10 Lipídios (g): 10,16 Carboidrato (g): 106,79 Cálcio (mg): 152,55 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 156,47 Vitamina C (mg): 95,92 Energia (Kcal): 614,81					

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
REGULAR MANHÃ					<ul style="list-style-type: none"> • RISOTO DE CARNE E BRÓCOLIS 150G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G
REGULAR TARDE					<ul style="list-style-type: none"> • RISOTO DE CARNE E BRÓCOLIS 150G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 25,21 Lipídios (g): 8,74 Carboidrato (g): 107,53 Cálcio (mg): 83,83 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 150,99 Vitamina C (mg): 23,18 Energia (Kcal): 600,17					

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 MANHÃ	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 100G • ISCAS DE CARNE E TOMATE 60G • PONKAN (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • SUCO POLPA DE MARACUJÁ 200ML • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • SOPA DE BATATA COM CARNE, CENOURA E MACARRÃO SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA 150G • CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE SOJA 180ML • BOLO DE LARANJA SEM LEITE E OVOS 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • PURÊ DE BATATA SEM LEITE 80G • ISCAS DE FRANGO E CENOURA 60G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • REQUEijÃO DE SOJA 15G • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G
REGULAR TARDE	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 100G • ISCAS DE CARNE E TOMATE 60G • PONKAN (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • SUCO POLPA DE MARACUJÁ 200ML • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • SOPA DE BATATA COM CARNE, CENOURA E MACARRÃO SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA 150G • CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE SOJA 180ML • BOLO DE LARANJA SEM LEITE E OVOS 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • PURÊ DE BATATA SEM LEITE 80G • ISCAS DE FRANGO E CENOURA 60G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • REQUEijÃO DE SOJA 15G • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 28,86 Lipídios (g): 9,09 Carboidrato (g): 98,44 Cálcio (mg): 59,00 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 124,00 Vitamina C (mg): 61,78 Energia (Kcal): 585,97					

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
REGULAR MANHÃ	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE GOIABA 200ML • SANDUÍCHE NATURAL SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • SAGU DE UVA 150G • CREME DE LEITE DE SOJA 20G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • MACARRÃO SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA 100G • MOLHO DE CARNE E CHUCHU 50G • LARANJA (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE ACEROLA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • SOPA DE ARROZ COM FRANGO, BATATA E CENOURA 150G • MELÃO FATIADO 150G 	<ul style="list-style-type: none"> • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G
REGULAR TARDE	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE GOIABA 200ML • SANDUÍCHE NATURAL SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • SAGU DE UVA 150G • CREME DE LEITE DE SOJA 20G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • MACARRÃO SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA 100G • MOLHO DE CARNE E CHUCHU 50G • LARANJA (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE ACEROLA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • SOPA DE ARROZ COM FRANGO, BATATA E CENOURA 150G • MELÃO FATIADO 150G 	<ul style="list-style-type: none"> • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 22,12 Lipídios (g): 7,66 Carboidrato (g): 100,01 Cálcio (mg): 46,96 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 169,28 Vitamina C (mg): 241,82 Energia (Kcal): 549,00					

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 MANHÃ	<ul style="list-style-type: none"> SOPA DE BATATA COM FRANGO, ABOBRINHA, CENOURA E CHUCHU 150G BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> SUCO POLPA DE LARANJA 200ML PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G 	<ul style="list-style-type: none"> IOGURTE DE SOJA SABOR MORANGO 180ML FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> ISCAS DE CARNE E TOMATE 60G MELÃO FATIADO 150G MACARRÃO SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA AO SUGO 100G 	<ul style="list-style-type: none"> SUCO POLPA DE MAÇÃ 200ML PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G 	<ul style="list-style-type: none"> REQUEIJÃO DE SOJA 15G LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G
REGULAR TARDE	<ul style="list-style-type: none"> SOPA DE BATATA COM FRANGO, ABOBRINHA, CENOURA E CHUCHU 150G BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> SUCO POLPA DE LARANJA 200ML PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G 	<ul style="list-style-type: none"> IOGURTE DE SOJA SABOR MORANGO 180ML FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> ISCAS DE CARNE E TOMATE 60G MELÃO FATIADO 150G MACARRÃO SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA AO SUGO 100G 	<ul style="list-style-type: none"> SUCO POLPA DE MAÇÃ 200ML PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G 	<ul style="list-style-type: none"> REQUEIJÃO DE SOJA 15G LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 29,65 Lipídios (g): 8,49 Carboidrato (g): 115,29 Cálcio (mg): 459,77 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 143,07 Vitamina C (mg): 27,46 Energia (Kcal): 650,69					

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 MANHÃ	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE UVA 200ML • PÃO DE AVEIA SEM LEITE E OVOS 50G • FRANGO PARA PÃO COM TOMATE 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • RISOTO DE CARNE E ABOBRINHA 150G • LARANJA (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • PURÊ DE BATATA SEM LEITE 80G • MOLHO DE FRANGO E VAGEM 50G • PONKAN (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SOPA DE FUBÁ COM CARNE, BATATA, COUVE E ERVILHA 150G • CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • REQUEijÃO DE SOJA 15G • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G
REGULAR TARDE	<ul style="list-style-type: none"> • PÃO DE AVEIA SEM LEITE E OVOS 50G • FRANGO PARA PÃO COM TOMATE 60G • SUCO POLPA DE UVA 200ML 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • RISOTO DE CARNE E ABOBRINHA 150G • LARANJA (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • PURÊ DE BATATA SEM LEITE 80G • MOLHO DE FRANGO E VAGEM 50G • PONKAN (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SOPA DE FUBÁ COM CARNE, BATATA, COUVE E ERVILHA 150G • CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • REQUEijÃO DE SOJA 15G • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 26,34 Lipídios (g): 11,99 Carboidrato (g): 102,89 Cálcio (mg): 69,49 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 167,37 Vitamina C (mg): 90,76 Energia (Kcal): 614,04					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 26,63 Lipídios (g): 9,26 Carboidrato (g): 104,42 Cálcio (mg): 153,04 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 150,93 Vitamina C (mg): 99,13 Energia (Kcal): 599,94					

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"> • CHÁ DE HORTELÃ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G
INTEGRAL TARDE					<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE HORTELÃ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 11,94 Lipídios (g): 7,44 Carboidrato (g): 88,11 Cálcio (mg): 40,89 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 0,13 Vitamina C (mg): 0,58 Energia (Kcal): 475,16					

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 CHOCOLATE EM PÓ 190ML ● PÃO DE AVEIA SEM LEITE E OVOS 50G ● MARGARINA SEM LEITE 10G 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO 190ML ● PÃO FATIADO SEM LEITE E OVOS 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G 	<ul style="list-style-type: none"> ● VITAMINA DE BANANA COM LEITE DE SOJA 180ML ● BOLO DE CHOCOLATE SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G 	<ul style="list-style-type: none"> ● CHÁ DE CAMOMILA 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G ● MAMÃO FATIADO 85G 	<ul style="list-style-type: none"> ● IOGURTE DE SOJA SABOR MORANGO 180ML ● FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G ● MAÇÃ (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G
INTEGRAL TARDE	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML ● PÃO DE AVEIA SEM LEITE E OVOS 50G ● MARGARINA SEM LEITE 10G 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO 190ML ● PÃO FATIADO SEM LEITE E OVOS 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G 	<ul style="list-style-type: none"> ● VITAMINA DE BANANA COM LEITE DE SOJA 180ML ● BOLO DE CHOCOLATE SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G 	<ul style="list-style-type: none"> ● CHÁ DE CAMOMILA 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G ● MAMÃO FATIADO 85G 	<ul style="list-style-type: none"> ● IOGURTE DE SOJA SABOR MORANGO 180ML ● FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G ● MAÇÃ (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 15,91 Lipídios (g): 15,94 Carboidrato (g): 116,72 Cálcio (mg): 490,00 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 32,55 Vitamina C (mg): 42,78 Energia (Kcal): 668,96					

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"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • MARGARINA SEM LEITE 10G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO 190ML • BISCOITO DOCE SEM LEITE E OVOS 50G • CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAPIM LIMÃO 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • PÃO FATIADO SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • MARGARINA SEM LEITE 10G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G
INTEGRAL TARDE	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • MARGARINA SEM LEITE 10G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO 190ML • BISCOITO DOCE SEM LEITE E OVOS 50G • CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAPIM LIMÃO 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • PÃO FATIADO SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • MARGARINA SEM LEITE 10G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 16,74 Lipídios (g): 18,19 Carboidrato (g): 115,45 Cálcio (mg): 76,16 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 6,29 Vitamina C (mg): 15,35 Energia (Kcal): 688,08					

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 COCO 190ML ● CHINEQUE DE GOIABADA SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 60G 	<ul style="list-style-type: none"> ● CHÁ DE CAMOMILA 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G ● MAÇÃ (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML ● PÃO FATIADO SEM LEITE E OVOS 50G ● MARGARINA SEM LEITE 10G 	<ul style="list-style-type: none"> ● VITAMINA DE MARACUJÁ COM LEITE DE SOJA 180ML ● BISCOITO DOCE SEM LEITE E OVOS 50G ● CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G ● LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G
INTEGRAL TARDE	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO 190ML ● CHINEQUE DE GOIABADA SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 60G 	<ul style="list-style-type: none"> ● CHÁ DE CAMOMILA 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G ● MAÇÃ (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML ● PÃO FATIADO SEM LEITE E OVOS 50G ● MARGARINA SEM LEITE 10G 	<ul style="list-style-type: none"> ● VITAMINA DE MARACUJÁ COM LEITE DE SOJA 180ML ● BISCOITO DOCE SEM LEITE E OVOS 50G ● CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G ● LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 16,17 Lipídios (g): 16,98 Carboidrato (g): 119,01 Cálcio (mg): 76,97 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 20,12 Vitamina C (mg): 16,33 Energia (Kcal): 688,12					

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"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G 	<ul style="list-style-type: none"> • VITAMINA DE MANGA COM LEITE DE SOJA 180ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • MARGARINA SEM LEITE 10G 	<ul style="list-style-type: none"> • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • REQUEIJÃO DE SOJA 15G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BOLO DE LARANJA SEM LEITE E OVOS 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA 190ML • BISCOITO DE POLVILHO SALGADO SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G
INTEGRAL TARDE	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G 	<ul style="list-style-type: none"> • VITAMINA DE MANGA COM LEITE DE SOJA 180ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • MARGARINA SEM LEITE 10G 	<ul style="list-style-type: none"> • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • REQUEIJÃO DE SOJA 15G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BOLO DE LARANJA SEM LEITE E OVOS 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA 190ML • BISCOITO DE POLVILHO SALGADO SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 17,00 Lipídios (g): 14,92 Carboidrato (g): 106,63 Cálcio (mg): 72,35 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 6,29 Vitamina C (mg): 11,68 Energia (Kcal): 617,33					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 16,11 Lipídios (g): 15,81 Carboidrato (g): 112,43 Cálcio (mg): 168,25 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 15,07 Vitamina C (mg): 19,92 Energia (Kcal): 650,97					

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 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G
INTEGRAL TARDE					<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 19,16 Lipídios (g): 10,35 Carboidrato (g): 95,38 Cálcio (mg): 80,89 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 0,27 Vitamina C (mg): 1,16 Energia (Kcal): 557,59					

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 190ML • PÃO FATIADO SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G 	<ul style="list-style-type: none"> • VITAMINA DE BANANA COM LEITE DE SOJA 180ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • BISCOITO DOCE SEM LEITE E OVOS 50G • CHÁ DE CAMOMILA 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • MAMÃO FATIADO 85G 	<ul style="list-style-type: none"> • MARGARINA SEM LEITE 10G • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO DE AVEIA SEM LEITE E OVOS 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • IOGURTE DE SOJA SABOR MORANGO 180ML • FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • MAÇÃ (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G
INTEGRAL TARDE	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO 190ML • PÃO FATIADO SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G 	<ul style="list-style-type: none"> • VITAMINA DE BANANA COM LEITE DE SOJA 180ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • MAMÃO FATIADO 85G 	<ul style="list-style-type: none"> • MARGARINA SEM LEITE 10G • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO DE AVEIA SEM LEITE E OVOS 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • IOGURTE DE SOJA SABOR MORANGO 180ML • FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • MAÇÃ (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 16,04 Lipídios (g): 17,17 Carboidrato (g): 122,55 Cálcio (mg): 490,00 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 32,55 Vitamina C (mg): 42,78 Energia (Kcal): 703,76					

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 E OVOS 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G ● LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G ● MARGARINA SEM LEITE 10G 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO 190ML ● BISCOITO DOCE SEM LEITE E OVOS 50G ● CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● CHÁ DE CAPIM LIMÃO 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G ● BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G
INTEGRAL TARDE	<ul style="list-style-type: none"> ● PÃO FATIADO SEM LEITE E OVOS 50G ● LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G ● MARGARINA SEM LEITE 10G 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO 190ML ● BISCOITO DOCE SEM LEITE E OVOS 50G ● CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● CHÁ DE CAPIM LIMÃO 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G ● BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 16,79 Lipídios (g): 14,91 Carboidrato (g): 115,67 Cálcio (mg): 76,16 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 6,29 Vitamina C (mg): 15,35 Energia (Kcal): 659,66					

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 CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO 190ML • CHINEQUE DE GOIABADA SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • CHÁ DE CAMOMILA 190ML • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FATIADO SEM LEITE E OVOS 50G • MARGARINA SEM LEITE 10G 	<ul style="list-style-type: none"> • VITAMINA DE MARACUJÁ COM LEITE DE SOJA 180ML • BISCOITO DOCE SEM LEITE E OVOS 50G • MELÃO FATIADO 150G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G
INTEGRAL TARDE	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO 190ML • CHINEQUE DE GOIABADA SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • CHÁ DE CAMOMILA 190ML • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FATIADO SEM LEITE E OVOS 50G • MARGARINA SEM LEITE 10G 	<ul style="list-style-type: none"> • VITAMINA DE MARACUJÁ COM LEITE DE SOJA 180ML • BISCOITO DOCE SEM LEITE E OVOS 50G • MELÃO FATIADO 150G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 16,96 Lipídios (g): 17,01 Carboidrato (g): 121,19 Cálcio (mg): 72,42 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 96,00 Vitamina C (mg): 11,55 Energia (Kcal): 698,75					

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 CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • VITAMINA DE MANGA COM LEITE DE SOJA 180ML • MARGARINA SEM LEITE 10G 	<ul style="list-style-type: none"> • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BOLO DE LARANJA SEM LEITE E OVOS 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA 190ML • BISCOITO DE POLVILHO SALGADO SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G
INTEGRAL TARDE	<ul style="list-style-type: none"> • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • VITAMINA DE MANGA COM LEITE DE SOJA 180ML • MARGARINA SEM LEITE 10G 	<ul style="list-style-type: none"> • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BOLO DE LARANJA SEM LEITE E OVOS 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA 190ML • BISCOITO DE POLVILHO SALGADO SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 17,00 Lipídios (g): 14,92 Carboidrato (g): 106,63 Cálcio (mg): 72,35 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 6,29 Vitamina C (mg): 11,68 Energia (Kcal): 617,33					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 16,89 Lipídios (g): 15,57 Carboidrato (g): 114,88 Cálcio (mg): 170,28 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 32,59 Vitamina C (mg): 18,86 Energia (Kcal): 661,24					

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"> • CHÁ DE CAMOMILA 190ML • MAMÃO FATIADO 85G • BOLO DE ABACAXI E CANELA SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G
INTEGRAL TARDE					<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA 190ML • BOLO DE ABACAXI E CANELA SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G • MAMÃO FATIADO 85G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 16,36 Lipídios (g): 14,56 Carboidrato (g): 122,57 Cálcio (mg): 94,38 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 82,69 Vitamina C (mg): 91,06 Energia (Kcal): 678,75					

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"> • VITAMINA DE BANANA COM LEITE DE SOJA 180ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO 190ML • PÃO FATIADO SEM LEITE E OVOS 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • MARGARINA SEM LEITE 10G • MAMÃO FATIADO 85G 	<ul style="list-style-type: none"> • IOGURTE DE SOJA SABOR MORANGO 180ML • FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • MAÇÃ (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO DE AVEIA SEM LEITE E OVOS 50G • MARGARINA SEM LEITE 10G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G
INTEGRAL TARDE	<ul style="list-style-type: none"> • VITAMINA DE BANANA COM LEITE DE SOJA 180ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO 190ML • PÃO FATIADO SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • MARGARINA SEM LEITE 10G • MAMÃO FATIADO 85G 	<ul style="list-style-type: none"> • IOGURTE DE SOJA SABOR MORANGO 180ML • FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • MAÇÃ (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO DE AVEIA SEM LEITE E OVOS 50G • MARGARINA SEM LEITE 10G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 15,81 Lipídios (g): 19,16 Carboidrato (g): 116,28 Cálcio (mg): 490,00 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 32,55 Vitamina C (mg): 42,78 Energia (Kcal): 695,80					

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"> ● LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G ● MARGARINA SEM LEITE 10G 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO 190ML ● BISCOITO DOCE SEM LEITE E OVOS 50G ● CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G ● CHÁ DE CAPIM LIMÃO 190ML ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G ● BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML ● PÃO FATIADO SEM LEITE E OVOS 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G ● MARGARINA SEM LEITE 10G 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G
INTEGRAL TARDE	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G ● MARGARINA SEM LEITE 10G 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO 190ML ● BISCOITO DOCE SEM LEITE E OVOS 50G ● CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● CHÁ DE CAPIM LIMÃO 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G ● BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML ● PÃO FATIADO SEM LEITE E OVOS 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G ● MARGARINA SEM LEITE 10G 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 16,74 Lipídios (g): 18,19 Carboidrato (g): 115,45 Cálcio (mg): 76,16 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 6,29 Vitamina C (mg): 15,35 Energia (Kcal): 688,08					

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 CHOCOLATE EM PÓ 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G 	<ul style="list-style-type: none"> ● PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G ● CHÁ DE CAMOMILA 190ML ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G ● BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML ● PÃO FATIADO SEM LEITE E OVOS 50G ● MARGARINA SEM LEITE 10G 	<ul style="list-style-type: none"> ● VITAMINA DE MARACUJÁ COM LEITE DE SOJA 180ML ● BISCOITO DOCE SEM LEITE E OVOS 50G ● CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO 190ML ● CHINEQUE DE GOIABADA SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 60G 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G
INTEGRAL TARDE	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G 	<ul style="list-style-type: none"> ● CHÁ DE CAMOMILA 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G ● BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML ● PÃO FATIADO SEM LEITE E OVOS 50G ● MARGARINA SEM LEITE 10G 	<ul style="list-style-type: none"> ● VITAMINA DE MARACUJÁ COM LEITE DE SOJA 180ML ● BISCOITO DOCE SEM LEITE E OVOS 50G ● CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO 190ML ● CHINEQUE DE GOIABADA SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 60G 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 16,68 Lipídios (g): 17,04 Carboidrato (g): 124,30 Cálcio (mg): 77,81 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 24,86 Vitamina C (mg): 18,07 Energia (Kcal): 709,27					

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"> • VITAMINA DE MANGA COM LEITE DE SOJA 180ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • MARGARINA SEM LEITE 10G 	<ul style="list-style-type: none"> • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA 190ML • BISCOITO DE POLVILHO SALGADO SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BOLO DE LARANJA SEM LEITE E OVOS 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G
INTEGRAL TARDE	<ul style="list-style-type: none"> • VITAMINA DE MANGA COM LEITE DE SOJA 180ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • MARGARINA SEM LEITE 10G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA 190ML • BISCOITO DE POLVILHO SALGADO SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BOLO DE LARANJA SEM LEITE E OVOS 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 17,00 Lipídios (g): 14,92 Carboidrato (g): 106,63 Cálcio (mg): 72,35 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 6,29 Vitamina C (mg): 11,68 Energia (Kcal): 617,33					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 16,54 Lipídios (g): 17,11 Carboidrato (g): 116,20 Cálcio (mg): 172,56 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 22,51 Vitamina C (mg): 27,28 Energia (Kcal): 677,71					

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 MANHÃ					<ul style="list-style-type: none"> • SOPA DE FEIJÃO COM CARNE, BATATA E MACARRÃO SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA 150G • PONKAN (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 12,55 Lipídios (g): 4,29 Carboidrato (g): 43,66 Cálcio (mg): 37,18 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 0,47 Vitamina C (mg): 32,03 Energia (Kcal): 262,01					

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 MANHÃ	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE MARACUJÁ 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • SOPA DE BATATA COM CARNE, CENOURA E MACARRÃO SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA 150G • CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • PURÊ DE BATATA SEM LEITE 80G • ISCAS DE FRANGO E CENOURA 60G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 100G • ISCAS DE CARNE E TOMATE 60G • PONKAN (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE SOJA 180ML • BOLO DE LARANJA SEM LEITE E OVOS 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • REQUEijÃO DE SOJA 15G • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 14,43 Lipídios (g): 4,54 Carboidrato (g): 49,22 Cálcio (mg): 29,50 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 62,00 Vitamina C (mg): 30,89 Energia (Kcal): 292,98					

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 MANHÃ	<ul style="list-style-type: none"> • MACARRÃO SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA 100G • MOLHO DE CARNE E CHUCHU 50G • LARANJA (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE GOIABA 200ML • SANDUÍCHE NATURAL SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • SOPA DE ARROZ COM FRANGO, BATATA E CENOURA 150G • MAÇÃ (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SAGU DE UVA 150G • CREME DE LEITE DE SOJA 20G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE ACEROLA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • REQUEijÃO DE SOJA 15G • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 10,90 Lipídios (g): 3,83 Carboidrato (g): 50,22 Cálcio (mg): 22,92 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 49,73 Vitamina C (mg): 118,65 Energia (Kcal): 274,75					

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 MANHÃ	<ul style="list-style-type: none"> • ISCAS DE CARNE E TOMATE 60G • MELÃO FATIADO 150G • MACARRÃO SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA AO SUGO 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • BANANA (1 un / 130G) • SOPA DE BATATA COM FRANGO, ABOBRINHA, CENOURA E CHUCHU 150G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE MAÇÃ 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • IOGURTE DE SOJA SABOR MORANGO 180ML • FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • SUCO POLPA DE LARANJA 200ML • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 14,83 Lipídios (g): 4,25 Carboidrato (g): 57,65 Cálcio (mg): 229,88 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 71,53 Vitamina C (mg): 13,73 Energia (Kcal): 325,34					

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 MANHÃ	<ul style="list-style-type: none"> • PURÊ DE BATATA SEM LEITE 80G • MOLHO DE FRANGO E VAGEM 50G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • RISOTO DE CARNE E ABOBRINHA 150G • LARANJA (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • MAÇÃ (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE UVA 200ML • PÃO DE AVEIA SEM LEITE E OVOS 50G • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • SOPA DE FUBÁ COM CARNE, BATATA, COUVE E ERVILHA 150G • CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • REQUEijÃO DE SOJA 15G • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 13,03 Lipídios (g): 6,01 Carboidrato (g): 51,92 Cálcio (mg): 32,27 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 83,39 Vitamina C (mg): 35,75 Energia (Kcal): 308,52					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 13,24 Lipídios (g): 4,63 Carboidrato (g): 51,59 Cálcio (mg): 75,46 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 61,57 Vitamina C (mg): 48,39 Energia (Kcal): 297,45					

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 MANHÃ					<ul style="list-style-type: none"> • VITAMINA DE BANANA COM LEITE DE SOJA 180ML • BISCOITO DOCE SEM LEITE E OVOS 50G • PONKAN (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G
REGULAR TARDE					<ul style="list-style-type: none"> • VITAMINA DE BANANA COM LEITE DE SOJA 180ML • BISCOITO DOCE SEM LEITE E OVOS 50G • PONKAN (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 20,10 Lipídios (g): 15,81 Carboidrato (g): 128,31 Cálcio (mg): 98,85 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 11,47 Vitamina C (mg): 64,43 Energia (Kcal): 721,30					

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 MANHÃ	<ul style="list-style-type: none"> • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • CHÁ DE CAPIM LIMÃO 190ML • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • CHÁ DE CAPIM LIMÃO 190ML • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • CHÁ DE CAPIM LIMÃO 190ML • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • CHÁ DE CAPIM LIMÃO 190ML • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAPIM LIMÃO 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • BANANA (1 un / 130G)
REGULAR TARDE	<ul style="list-style-type: none"> • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • CHÁ DE CAPIM LIMÃO 190ML • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • CHÁ DE CAPIM LIMÃO 190ML • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • CHÁ DE CAPIM LIMÃO 190ML • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • CHÁ DE CAPIM LIMÃO 190ML • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAPIM LIMÃO 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 9,62 Lipídios (g): 5,53 Carboidrato (g): 128,62 Cálcio (mg): 21,49 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 30,38 Vitamina C (mg): 12,89 Energia (Kcal): 589,94					

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 MANHÃ	<ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ (1 un / 100G) • LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BOLO DE COCO SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ (1 un / 100G) • LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BOLO DE COCO SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ (1 un / 100G) • LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BOLO DE COCO SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ (1 un / 100G) • LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BOLO DE COCO SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BOLO DE COCO SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G • MAÇÃ (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G
REGULAR TARDE	<ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ (1 un / 100G) • LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BOLO DE COCO SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ (1 un / 100G) • LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BOLO DE COCO SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ (1 un / 100G) • LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BOLO DE COCO SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • MAÇÃ (1 un / 100G) • LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BOLO DE COCO SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BOLO DE COCO SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G • MAÇÃ (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 23,70 Lipídios (g): 22,99 Carboidrato (g): 150,98 Cálcio (mg): 123,02 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 7,06 Vitamina C (mg): 5,78 Energia (Kcal): 879,67					

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 MANHÃ	<ul style="list-style-type: none"> • BANANA (1 un / 130G) • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • BISCOITO DE POLVILHO SALGADO SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • BANANA (1 un / 130G) • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • BISCOITO DE POLVILHO SALGADO SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • BISCOITO DE POLVILHO SALGADO SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • BISCOITO DE POLVILHO SALGADO SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • BISCOITO DE POLVILHO SALGADO SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G
REGULAR TARDE	<ul style="list-style-type: none"> • BANANA (1 un / 130G) • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • BISCOITO DE POLVILHO SALGADO SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • BANANA (1 un / 130G) • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • BISCOITO DE POLVILHO SALGADO SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • BISCOITO DE POLVILHO SALGADO SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • BISCOITO DE POLVILHO SALGADO SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • BISCOITO DE POLVILHO SALGADO SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 20,29 Lipídios (g): 18,31 Carboidrato (g): 142,86 Cálcio (mg): 88,37 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 30,60 Vitamina C (mg): 13,86 Energia (Kcal): 749,21					

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 MANHÃ	<ul style="list-style-type: none"> • PONKAN (1 un / 120G) • CHÁ DE CAMOMILA 190ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • PONKAN (1 un / 120G) • CHÁ DE CAMOMILA 190ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA 190ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • PONKAN (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA 190ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • PONKAN (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA 190ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • PONKAN (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G
REGULAR TARDE	<ul style="list-style-type: none"> • PONKAN (1 un / 120G) • CHÁ DE CAMOMILA 190ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • PONKAN (1 un / 120G) • CHÁ DE CAMOMILA 190ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA 190ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • PONKAN (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA 190ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • PONKAN (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA 190ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • PONKAN (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 5,75 Lipídios (g): 22,18 Carboidrato (g): 119,97 Cálcio (mg): 47,76 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 0,09 Vitamina C (mg): 158,60 Energia (Kcal): 688,12					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 15,25 Lipídios (g): 17,14 Carboidrato (g): 135,05 Cálcio (mg): 72,36 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 16,60 Vitamina C (mg): 49,06 Energia (Kcal): 726,32					

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"> • RISOTO DE CARNE E BRÓCOLIS 150G • PONKAN (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 12,20 Lipídios (g): 4,34 Carboidrato (g): 44,03 Cálcio (mg): 47,43 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 66,40 Vitamina C (mg): 37,07 Energia (Kcal): 263,29					

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"> • PURÊ DE BATATA SEM LEITE 80G • ISCAS DE FRANGO E CENOURA 60G • CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SOPA DE BATATA COM CARNE, CENOURA E MACARRÃO SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA 150G • PONKAN (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • MACARRÃO SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA 100G • SUCO POLPA DE MARACUJÁ 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • SAGU DE UVA 150G • CREME DE LEITE DE SOJA 20G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE UVA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • FRANGO PARA PÃO COM TOMATE 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 14,86 Lipídios (g): 3,94 Carboidrato (g): 54,95 Cálcio (mg): 27,45 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 63,02 Vitamina C (mg): 30,21 Energia (Kcal): 311,79					

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"> • RISOTO DE FRANGO E ABOBRINHA 150G • PONKAN (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE GOIABA 200ML • SANDUÍCHE NATURAL SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • SOPA DE ARROZ COM CARNE, BATATA E COUVE 150G • MAÇÃ (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • MACARRÃO SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA 100G • MOLHO DE CARNE E CHUCHU 50G • LARANJA (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • BOLO DE CENOURA SEM GLÚTEN, LEITE E SEM OVOS 50G • VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE SOJA 180ML 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 11,18 Lipídios (g): 5,04 Carboidrato (g): 47,78 Cálcio (mg): 31,32 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 34,72 Vitamina C (mg): 25,50 Energia (Kcal): 277,87					

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"> • SUCO POLPA DE LARANJA 200ML • PÃO DE AVEIA SEM LEITE E OVOS 50G • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • SOPA DE ARROZ COM FRANGO, BATATA E CENOURA 150G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • CAQUI (1 un / 120G) • IOGURTE DE SOJA SABOR MORANGO 180ML • FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • SUCO POLPA DE MAÇÃ 200ML • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • MACARRÃO SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA 100G • ISCAS DE CARNE E TOMATE 60G • MELÃO FATIADO 150G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 14,40 Lipídios (g): 4,29 Carboidrato (g): 54,72 Cálcio (mg): 229,34 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 52,13 Vitamina C (mg): 12,66 Energia (Kcal): 312,03					

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"> • PURÊ DE BATATA SEM LEITE 80G • MOLHO DE FRANGO E VAGEM 50G • PONKAN (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • RISOTO DE CARNE E ABOBRINHA 150G • MAÇÃ (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE UVA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • SOPA DE FUBÁ COM CARNE, BATATA, COUVE E ERVILHA 150G • LARANJA (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • CANJICA COM LEITE DE SOJA 200G • CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 12,81 Lipídios (g): 4,45 Carboidrato (g): 48,37 Cálcio (mg): 33,79 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 1535,37 Vitamina C (mg): 38,36 Energia (Kcal): 280,83					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 13,23 Lipídios (g): 4,42 Carboidrato (g): 50,88 Cálcio (mg): 77,93 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 394,01 Vitamina C (mg): 27,48 Energia (Kcal): 293,14					

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 SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA 150G • CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 12,25 Lipídios (g): 4,29 Carboidrato (g): 49,49 Cálcio (mg): 40,15 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 0,47 Vitamina C (mg): 20,50 Energia (Kcal): 282,12					

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 • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE UVA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • FRANGO PARA PÃO COM TOMATE 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • PURÊ DE BATATA SEM LEITE 80G • ISCAS DE FRANGO E CENOURA 60G • CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • MACARRÃO SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA 100G • SOPA DE BATATA COM CARNE, CENOURA E MACARRÃO SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA 150G • PONKAN (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE MARACUJÁ 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 14,86 Lipídios (g): 3,94 Carboidrato (g): 54,95 Cálcio (mg): 27,45 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 63,02 Vitamina C (mg): 30,21 Energia (Kcal): 311,79					

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 • MAÇÃ (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • BOLO DE CENOURA SEM GLÚTEN, LEITE E SEM OVOS 50G • VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE SOJA 180ML 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE GOIABA 200ML • SANDUÍCHE NATURAL SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • MACARRÃO SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA 100G • MOLHO DE CARNE E CHUCHU 50G • LARANJA (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • RISOTO DE FRANGO E ABOBRINHA 150G • PONKAN (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 11,18 Lipídios (g): 5,04 Carboidrato (g): 47,78 Cálcio (mg): 31,32 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 34,72 Vitamina C (mg): 25,50 Energia (Kcal): 277,87					

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 SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA 100G • MOLHO DE CARNE E CHUCHU 50G • CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE MAÇÃ 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • IOGURTE DE SOJA SABOR MORANGO 180ML • FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • MAÇÃ (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SOPA DE ARROZ COM FRANGO, BATATA E CENOURA 150G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE LARANJA 200ML • PÃO DE AVEIA SEM LEITE E OVOS 50G • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 13,63 Lipídios (g): 4,16 Carboidrato (g): 54,94 Cálcio (mg): 228,71 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 17,51 Vitamina C (mg): 10,34 Energia (Kcal): 308,51					

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 COM LEITE DE SOJA 200G • MELÃO FATIADO 150G 	<ul style="list-style-type: none"> • SOPA DE FUBÁ COM CARNE, BATATA, COUVE E ERVILHA 150G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • PONKAN (1 un / 120G) • PURÊ DE BATATA SEM LEITE 80G • MOLHO DE FRANGO E VAGEM 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • RISOTO DE CARNE E ABOBRINHA 150G • MAÇÃ (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE UVA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 14,02 Lipídios (g): 4,58 Carboidrato (g): 50,47 Cálcio (mg): 28,34 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 1573,73 Vitamina C (mg): 27,41 Energia (Kcal): 295,09					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 13,33 Lipídios (g): 4,42 Carboidrato (g): 51,84 Cálcio (mg): 75,97 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 389,80 Vitamina C (mg): 23,15 Energia (Kcal): 297,07					

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"> ● MACARRÃO SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA 100G ● CANJICA COM LEITE DE SOJA 200G <ul style="list-style-type: none"> ● MAÇÃ (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 13,03 Lipídios (g): 6,45 Carboidrato (g): 79,36 Cálcio (mg): 44,52 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 4366,30 Vitamina C (mg): 1,85 Energia (Kcal): 422,91					

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"> • SUCO POLPA DE UVA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • FRANGO PARA PÃO COM TOMATE 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • SAGU DE UVA 150G • CREME DE LEITE DE SOJA 20G • CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SOPA DE BATATA COM CARNE, CENOURA E MACARRÃO SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA 150G • PONKAN (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • SUCO POLPA DE MARACUJÁ 200ML • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • BANANA (1 un / 130G) • PURÊ DE BATATA SEM LEITE 80G • ISCAS DE FRANGO E CENOURA 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEijÃO DE SOJA 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 14,06 Lipídios (g): 3,84 Carboidrato (g): 50,04 Cálcio (mg): 27,43 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 63,02 Vitamina C (mg): 30,21 Energia (Kcal): 288,16					

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"> • RISOTO DE FRANGO E ABOBRINHA 150G • PONKAN (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE GOIABA 200ML • SANDUÍCHE NATURAL SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • SOPA DE ARROZ COM CARNE, BATATA E COUVE 150G • MAÇÃ (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • BOLO DE CENOURA SEM GLÚTEN, LEITE E SEM OVOS 50G • VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE SOJA 180ML 	<ul style="list-style-type: none"> • MACARRÃO SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA 100G • MOLHO DE CARNE E CHUCHU 50G • LARANJA (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 11,18 Lipídios (g): 5,04 Carboidrato (g): 47,78 Cálcio (mg): 31,32 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 34,72 Vitamina C (mg): 25,50 Energia (Kcal): 277,87					

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"> • SUCO POLPA DE MAÇÃ 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • IOGURTE DE SOJA SABOR MORANGO 180ML • FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SOPA DE ARROZ COM FRANGO, BATATA E CENOURA 150G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE LARANJA 200ML • PÃO DE AVEIA SEM LEITE E OVOS 50G • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • MACARRÃO SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA 100G • MOLHO DE CARNE E CHUCHU 50G • MELÃO FATIADO 150G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 13,79 Lipídios (g): 4,16 Carboidrato (g): 54,72 Cálcio (mg): 229,27 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 52,42 Vitamina C (mg): 12,60 Energia (Kcal): 308,26					

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"> • RISOTO DE CARNE E ABOBRINHA 150G • MAÇÃ (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SOPA DE FUBÁ COM CARNE, BATATA, COUVE E ERVILHA 150G • MELÃO FATIADO 150G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE UVA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • PURÊ DE BATATA SEM LEITE 80G • MOLHO DE FRANGO E VAGEM 50G • PONKAN (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • CANJICA COM LEITE DE SOJA 200G • CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 12,85 Lipídios (g): 4,43 Carboidrato (g): 49,18 Cálcio (mg): 31,02 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 1570,61 Vitamina C (mg): 32,07 Energia (Kcal): 283,71					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 12,97 Lipídios (g): 4,53 Carboidrato (g): 52,66 Cálcio (mg): 77,05 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 732,97 Vitamina C (mg): 23,31 Energia (Kcal): 299,76					