

### Observações

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

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 28/07	Terça-Feira, 29/07	Quarta-Feira, 30/07	Quinta-Feira, 31/07	Sexta-Feira, 01/08	Sábado, 02/08
ALMOÇO					<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• FEIJÃO CARIOLA 90G</li> <li>• PICADINHO DE CARNE 100G</li> <li>• SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 40G</li> <li>• SALADA DE FRUTAS 100G</li> <li>• BATATA SALSA REFOGADA 55G</li> </ul>	
<b>Tabela Nutricional</b>						
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"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• FEIJÃO CARIOLA 90G</li> <li>• CARNE MOÍDA COM TOMATE E CHEIRO VERDE 100G</li> <li>• ABÓBORA REFOGADA 58G</li> <li>• SALADA DE REPOLHO COM LIMÃO 40G</li> <li>• PONKAN (1 un / 80G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 90G</li> <li>• SALADA DE ALFACE 15G</li> <li>• ISCAS DE FRANGO AO SUGO 110G</li> <li>• BATATA PALHA 25G</li> <li>• CREME DE MANGA 90G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• FEIJÃO CARIOLA 90G</li> <li>• PEITO DE FRANGO GRELHADO (1 un / 80G)</li> <li>• BETERRABA COZIDA 70G</li> <li>• SALADA DE PEPINO 40G</li> <li>• MELÃO 150G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ INTEGRAL 100G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 90G</li> <li>• PICADINHO DE CARNE 100G</li> <li>• FAROFA DE COUVE 30G</li> <li>• SALADA DE TOMATE 60G</li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• FEIJÃO CARIOLA 90G</li> <li>• ALMÔNDEGAS DE CARNE ASSADAS AO SUGO SEM GLÚTEN E OVO 100G</li> <li>• MACARRÃO SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA ALHO E ÓLEO 80G</li> <li>• SALADA DE CHUCHU COM CHEIRO VERDE 30G</li> <li>• SALADA DE FRUTAS 100G</li> </ul>	
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 40,95 Lipídios (g): 15,96 Carboidrato (g): 85,06 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 354,16 Vitamina C (mg): 55,57 Energia (Kcal): 642,50					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 11/08	Terça-Feira, 12/08	Quarta-Feira, 13/08	Quinta-Feira, 14/08	Sexta-Feira, 15/08	Sábado, 16/08
ALMOÇO	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• ISCAS DE CARNE AO SUGO 100G</li> <li>• BATATA PALHA 25G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 90G</li> <li>• SALADA DE CENOURA COZIDA 40G</li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• SALADA DE TOMATE 60G</li> <li>• SALADA DE FRUTAS 100G</li> <li>• FEIJÃO CARIOSA 90G</li> <li>• FRANGO ASSADO 110G</li> <li>• BRÓCOLIS REFOGADO 50G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 90G</li> <li>• BARREADO (DIETA) 110G</li> <li>• FARINHA DE MANDIOCA TORRADA 35G</li> <li>• SALADA DE ALFACE COM TOMATE 25G</li> <li>• MELÃO 150G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• FEIJÃO CARIOSA 90G</li> <li>• PEITO DE FRANGO GRELHADO (1 un / 80G)</li> <li>• CENOURA REFOGADA 30G</li> <li>• SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 40G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 90G</li> <li>• CARNE MOÍDA COM TOMATE E CHEIRO VERDE 100G</li> <li>• QUIRERA 100G</li> <li>• SALADA DE PEPINO COM LIMÃO 40G</li> <li>• CAQUI (1 un / 120G)</li> </ul>	
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 39,86 Lipídios (g): 19,33 Carboidrato (g): 86,50 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 342,85 Vitamina C (mg): 51,03 Energia (Kcal): 677,26					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 18/08	Terça-Feira, 19/08	Quarta-Feira, 20/08	Quinta-Feira, 21/08	Sexta-Feira, 22/08	Sábado, 23/08
ALMOÇO	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• FEIJÃO CARIOLA 90G</li> <li>• PONKAN (1 un / 80G)</li> <li>• CARNE DE PANELA COM MANJERICÃO 100G</li> <li>• FAROFA DE CENOURA 45G</li> <li>• SALADA DE PEPINO 40G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• FEIJÃO PRETO 90G</li> <li>• SALADA DE FRUTAS 100G</li> <li>• ARROZ COM VAGEM 100G</li> <li>• FRANGO ASSADO 110G</li> <li>• CREME DE MILHO 50G</li> <li>• SALADA DE BETERRABA RALADA 25G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• SAGU DE UVA 100G</li> <li>• FEIJÃO CARIOLA 90G</li> <li>• BIFE GRELHADO (1 un / 100G)</li> <li>• ABOBRINHA REFOGADA COM TOMATE 35G</li> <li>• SALADA DE CENOURA RALADA COM LIMÃO 25G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• PONKAN (1 un / 80G)</li> <li>• FEIJÃO PRETO 90G</li> <li>• ALMÔNDEGAS DE FRANGO ASSADAS AO SUGO SEM GLÚTEN E SEM OVO 100G</li> <li>• POLENTA CREMOSA 90G</li> <li>• SALADA DE ALFACE COM TOMATE 25G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• FEIJÃO CARIOLA 90G</li> <li>• FRANGO AO MOLHO 110G</li> <li>• BATATA ASSADA COM AZEITE, ORÉGANO E TOMATE 70G</li> <li>• SALADA DE BRÓCOLIS COM LIMÃO 30G</li> </ul>	
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 37,53 Lipídios (g): 20,18 Carboidrato (g): 84,21 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 175,32 Vitamina C (mg): 61,91 Energia (Kcal): 668,79					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 25/08	Terça-Feira, 26/08	Quarta-Feira, 27/08	Quinta-Feira, 28/08	Sexta-Feira, 29/08	Sábado, 30/08
ALMOÇO	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• PEITO DE FRANGO GRELHADO (1 un / 80G)</li> <li>• FEIJÃO PRETO 90G</li> <li>• CHUCHU REFOGADO 50G</li> <li>• SALADA DE BETERRABA RALADA 25G</li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• FEIJÃO CARIOLA 90G</li> <li>• BARREADO (DIETA) 110G</li> <li>• FARINHA DE MANDIOCA TORRADA 35G</li> <li>• SALADA DE CENOURA COZIDA 40G</li> <li>• PONKAN (1 un / 80G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 90G</li> <li>• FRANGO COM CENOURA E PIMENTÃO 150G</li> <li>• PURÊ DE AIPIM 65G</li> <li>• SALADA DE ALFACE 15G</li> <li>• SALADA DE FRUTAS 100G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• FEIJÃO CARIOLA 90G</li> <li>• PICADINHO DE CARNE 100G</li> <li>• MACARRÃO SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA ALHO E ÓLEO 80G</li> <li>• SALADA DE REPOLHO AO VINAGRETE 40G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 110G</li> <li>• FEIJÃO PRETO 90G</li> <li>• CARNE MOÍDA COM TOMATE E CHEIRO VERDE 100G</li> <li>• ACELGA REFOGADA 45G</li> <li>• SALADA DE TOMATE 60G</li> <li>• MELÃO 150G</li> </ul>	

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): 39,24 Lipídios (g): 17,78 Carboidrato (g): 89,04 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 283,42 Vitamina C (mg): 57,74 Energia (Kcal): 670,46

### Observações

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

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 28/07	Terça-Feira, 29/07	Quarta-Feira, 30/07	Quinta-Feira, 31/07	Sexta-Feira, 01/08	Sábado, 02/08
INTEGRAL MANHÃ					<ul style="list-style-type: none"> <li>• CHÁ DE CAMOMILA 190ML</li> <li>• MAMÃO FATIADO 85G</li> <li>• BOLO DE ABACAXI E CANELA SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM AROMA DE BAUNILHA 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 43G</li> <li>• REQUEIJÃO CREMOSO 15G</li> </ul>
INTEGRAL TARDE					<ul style="list-style-type: none"> <li>• CHÁ DE CAMOMILA 190ML</li> <li>• BOLO DE ABACAXI E CANELA SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G</li> <li>• MAMÃO FATIADO 85G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM AROMA DE BAUNILHA 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 43G</li> <li>• REQUEIJÃO CREMOSO 15G</li> </ul>
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 14,84 Lipídios (g): 20,14 Carboidrato (g): 108,08 Cálcio (mg): 288,96 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 191,18 Vitamina C (mg): 90,48 Energia (Kcal): 666,56					

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"> <li>• VITAMINA DE BANANA 180ML</li> <li>• BOLO DE CENOURA SEM GLÚTEN, LEITE E SEM OVOS 50G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM AROMA DE COCO 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G</li> <li>• QUEIJO (1 un / 20G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• CHÁ DE CAMOMILA 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 43G</li> <li>• MARGARINA SEM LEITE 10G</li> <li>• MAMÃO FATIADO 85G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• IOGURTE DE MORANGO 180G</li> <li>• FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM AROMA DE BAUNILHA 190ML</li> <li>• PÃO DE AVEIA SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G</li> <li>• MARGARINA SEM LEITE 10G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM AROMA DE BAUNILHA 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 43G</li> <li>• REQUEIJÃO CREMOSO 15G</li> </ul>
INTEGRAL TARDE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• VITAMINA DE BANANA 180ML</li> <li>• BOLO DE CENOURA SEM GLÚTEN, LEITE E SEM OVOS 50G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM AROMA DE COCO 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G</li> <li>• QUEIJO (1 un / 20G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• CHÁ DE CAMOMILA 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 43G</li> <li>• MARGARINA SEM LEITE 10G</li> <li>• MAMÃO FATIADO 85G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• IOGURTE DE MORANGO 180G</li> <li>• FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM AROMA DE BAUNILHA 190ML</li> <li>• PÃO DE AVEIA SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G</li> <li>• MARGARINA SEM LEITE 10G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM AROMA DE BAUNILHA 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 43G</li> <li>• REQUEIJÃO CREMOSO 15G</li> </ul>
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 16,63 Lipídios (g): 24,89 Carboidrato (g): 112,43 Cálcio (mg): 426,09 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 191,38 Vitamina C (mg): 31,48 Energia (Kcal): 738,29					

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"> <li>• LEITE COM AROMA DE BAUNILHA 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 43G</li> <li>• MARGARINA SEM LEITE 10G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM AROMA DE COCO 190ML</li> <li>• BISCOITO DOCE DIET, SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G</li> <li>• CAQUI (1 un / 120G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 43G</li> <li>• CHÁ DE CAPIM LIMÃO 190ML</li> <li>• QUEIJO (1 un / 20G)</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM AROMA DE BAUNILHA 190ML</li> <li>• PÃO FATIADO SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G</li> <li>• REQUEIJÃO CREMOSO 15G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM AROMA DE BAUNILHA 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 43G</li> <li>• MARGARINA SEM LEITE 10G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM AROMA DE BAUNILHA 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 43G</li> <li>• REQUEIJÃO CREMOSO 15G</li> </ul>
INTEGRAL TARDE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM AROMA DE BAUNILHA 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 43G</li> <li>• MARGARINA SEM LEITE 10G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM AROMA DE COCO 190ML</li> <li>• BISCOITO DOCE DIET, SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G</li> <li>• CAQUI (1 un / 120G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• CHÁ DE CAPIM LIMÃO 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 43G</li> <li>• QUEIJO (1 un / 20G)</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM AROMA DE BAUNILHA 190ML</li> <li>• PÃO FATIADO SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G</li> <li>• REQUEIJÃO CREMOSO 15G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM AROMA DE BAUNILHA 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 43G</li> <li>• MARGARINA SEM LEITE 10G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM AROMA DE BAUNILHA 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 43G</li> <li>• REQUEIJÃO CREMOSO 15G</li> </ul>
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 15,22 Lipídios (g): 26,74 Carboidrato (g): 98,91 Cálcio (mg): 419,92 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 165,18 Vitamina C (mg): 14,38 Energia (Kcal): 694,17					

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"> <li>• LEITE COM AROMA DE BAUNILHA 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 43G</li> <li>• QUEIJO (1 un / 20G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 43G</li> <li>• CHÁ DE CAMOMILA 190ML</li> <li>• REQUEIJÃO CREMOSO 15G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM AROMA DE BAUNILHA 190ML</li> <li>• PÃO FATIADO SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G</li> <li>• MARGARINA SEM LEITE 10G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• VITAMINA DE MARACUJÁ 180ML</li> <li>• BISCOITO DOCE DIET, SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G</li> <li>• CAQUI (1 un / 120G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM AROMA DE COCO 190ML</li> <li>• BOLO DE CENOURA SEM GLÚTEN, LEITE E SEM OVOS 50G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM AROMA DE BAUNILHA 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 43G</li> <li>• REQUEIJÃO CREMOSO 15G</li> </ul>
INTEGRAL TARDE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM AROMA DE BAUNILHA 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 43G</li> <li>• QUEIJO (1 un / 20G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• CHÁ DE CAMOMILA 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 43G</li> <li>• REQUEIJÃO CREMOSO 15G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM AROMA DE BAUNILHA 190ML</li> <li>• PÃO FATIADO SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G</li> <li>• MARGARINA SEM LEITE 10G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• VITAMINA DE MARACUJÁ 180ML</li> <li>• BISCOITO DOCE DIET, SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G</li> <li>• CAQUI (1 un / 120G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM AROMA DE COCO 190ML</li> <li>• BOLO DE CENOURA SEM GLÚTEN, LEITE E SEM OVOS 50G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM AROMA DE BAUNILHA 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 43G</li> <li>• REQUEIJÃO CREMOSO 15G</li> </ul>

Tabela Nutricional

Cálculo Semanal

Proteína (g): 17,28 Lipídios (g): 24,97 Carboidrato (g): 108,76 Cálcio (mg): 377,34 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 185,27 Vitamina C (mg): 16,46 Energia (Kcal): 722,78

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"> <li>• VITAMINA DE MANGA 180ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 43G</li> <li>• MARGARINA SEM LEITE 10G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM AROMA DE BAUNILHA 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 43G</li> <li>• QUEIJO (1 un / 20G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• CHÁ DE CAMOMILA 190ML</li> <li>• BISCOITO DE POLVILHO SALGADO SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM AROMA DE BAUNILHA 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 43G</li> <li>• REQUEIJÃO CREMOSO 15G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM AROMA DE BAUNILHA 190ML</li> <li>• BOLO DE LARANJA SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM AROMA DE BAUNILHA 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 43G</li> <li>• REQUEIJÃO CREMOSO 15G</li> </ul>
INTEGRAL TARDE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• VITAMINA DE MANGA 180ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 43G</li> <li>• MARGARINA SEM LEITE 10G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM AROMA DE BAUNILHA 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 43G</li> <li>• QUEIJO (1 un / 20G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• CHÁ DE CAMOMILA 190ML</li> <li>• BISCOITO DE POLVILHO SALGADO SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM AROMA DE BAUNILHA 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 43G</li> <li>• REQUEIJÃO CREMOSO 15G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM AROMA DE BAUNILHA 190ML</li> <li>• BOLO DE LARANJA SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM AROMA DE BAUNILHA 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 43G</li> <li>• REQUEIJÃO CREMOSO 15G</li> </ul>
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 15,14 Lipídios (g): 21,83 Carboidrato (g): 88,69 Cálcio (mg): 362,61 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 138,75 Vitamina C (mg): 22,52 Energia (Kcal): 602,84					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 15,97 Lipídios (g): 24,27 Carboidrato (g): 102,65 Cálcio (mg): 388,22 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 171,76 Vitamina C (mg): 26,54 Energia (Kcal): 687,75					

### Observações

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

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 28/07	Terça-Feira, 29/07	Quarta-Feira, 30/07	Quinta-Feira, 31/07	Sexta-Feira, 01/08	Sábado, 02/08
REGULAR TARDE					<ul style="list-style-type: none"> <li>• CANJICA COM LEITE DE SOJA 200G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM AROMA DE BAUNILHA 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 43G</li> <li>• REQUEIJÃO CREMOSO 15G</li> </ul>
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 9,87 Lipídios (g): 8,94 Carboidrato (g): 57,37 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 4420,54 Vitamina C (mg): 1,56 Energia (Kcal): 345,93					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 04/08	Terça-Feira, 05/08	Quarta-Feira, 06/08	Quinta-Feira, 07/08	Sexta-Feira, 08/08	Sábado, 09/08
REGULAR TARDE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE UVA 200ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 43G</li> <li>• FRANGO PARA PÃO COM TOMATE 60G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SAGU DE UVA 150G</li> <li>• CAQUI (1 un / 120G)</li> <li>• CREME DE LEITE 20G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SOPA DE BATATA COM CARNE, CENOURA E MACARRÃO SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA 150G</li> <li>• PONKAN (1 un / 120G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 43G</li> <li>• SUCO POLPA DE MARACUJÁ 200ML</li> <li>• FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> <li>• PURÊ DE BATATA SEM LEITE 80G</li> <li>• ISCAS DE FRANGO E CENOURA 60G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM AROMA DE BAUNILHA 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 43G</li> <li>• REQUEIJÃO CREMOSO 15G</li> </ul>
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 13,55 Lipídios (g): 5,03 Carboidrato (g): 46,41 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 90,11 Vitamina C (mg): 30,04 Energia (Kcal): 282,43					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 11/08	Terça-Feira, 12/08	Quarta-Feira, 13/08	Quinta-Feira, 14/08	Sexta-Feira, 15/08	Sábado, 16/08
REGULAR TARDE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• RISOTO DE FRANGO E ABOBRINHA 150G</li> <li>• PONKAN (1 un / 120G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE GOIABA 200ML</li> <li>• SANDUÍCHE NATURAL SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 100G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SOPA DE ARROZ COM CARNE, BATATA E COUVE 150G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• VITAMINA DE GOIABA 180ML</li> <li>• BOLO DE CENOURA SEM GLÚTEN, LEITE E SEM OVOS 50G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MACARRÃO SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA 100G</li> <li>• MOLHO DE CARNE E CHUCHU 50G</li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM AROMA DE BAUNILHA 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 43G</li> <li>• REQUEIJÃO CREMOSO 15G</li> </ul>
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 10,64 Lipídios (g): 6,51 Carboidrato (g): 45,71 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 66,02 Vitamina C (mg): 25,31 Energia (Kcal): 280,73					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 18/08	Terça-Feira, 19/08	Quarta-Feira, 20/08	Quinta-Feira, 21/08	Sexta-Feira, 22/08	Sábado, 23/08
REGULAR TARDE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE MAÇÃ 200ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 43G</li> <li>• FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• IOGURTE DE MORANGO 180G</li> <li>• FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G</li> <li>• CAQUI (1 un / 120G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SOPA DE ARROZ COM FRANGO, BATATA E CENOURA 150G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE LARANJA 200ML</li> <li>• PÃO DE AVEIA SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G</li> <li>• CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MACARRÃO SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA 100G</li> <li>• MOLHO DE CARNE E CHUCHU 50G</li> <li>• MELÃO FATIADO 150G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM AROMA DE BAUNILHA 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 43G</li> <li>• REQUEIJÃO CREMOSO 15G</li> </ul>
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 13,61 Lipídios (g): 5,32 Carboidrato (g): 53,71 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 73,74 Vitamina C (mg): 13,17 Energia (Kcal): 314,27					

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
REGULAR TARDE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• RISOTO DE CARNE E ABOBRINHA 150G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SOPA DE FUBÁ COM CARNE, BATATA, COUVE E ERVILHA 150G</li> <li>• MELÃO FATIADO 150G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE UVA 200ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 43G</li> <li>• CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• PURÊ DE BATATA SEM LEITE 80G</li> <li>• MOLHO DE FRANGO E VAGEM 50G</li> <li>• PONKAN (1 un / 120G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• CANJICA COM LEITE DE SOJA 200G</li> <li>• CAQUI (1 un / 120G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE COM AROMA DE BAUNILHA 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 43G</li> <li>• REQUEIJÃO CREMOSO 15G</li> </ul>
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 12,56 Lipídios (g): 5,32 Carboidrato (g): 46,20 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 1588,69 Vitamina C (mg): 31,97 Energia (Kcal): 278,72					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 12,38 Lipídios (g): 5,81 Carboidrato (g): 48,73 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 759,71 Vitamina C (mg): 23,31 Energia (Kcal): 293,41					