

Observações						
AS SALADAS DEVEM SER SEM LIMÃO E VINAGRE.						
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 (RESTRIÇÃO) 110G • BATATA DOCE ASSADA 50G • SALADA DE ALFACE 15G • BANANA (1 un / 130G) 	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 38,95 Lipídios (g): 29,33 Carboidrato (g): 107,50 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 3232,21 Vitamina C (mg): 24,82 Energia (Kcal): 845,42					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 04/08	Terça-Feira, 05/08	Quarta-Feira, 06/08	Quinta-Feira, 07/08	Sexta-Feira, 08/08	Sábado, 09/08
ALMOÇO	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • ALMÔNDEGAS DE CARNE ASSADAS (RESTRIÇÃO) 100G • MACARRÃO PARAFUSO ALHO E ÓLEO 80G • SALADA DE CHUCHU COM CHEIRO VERDE 30G • SALADA DE FRUTAS SEM ABACAXI 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • CARNE MOÍDA REFOGADA 80G • ABÓBORA REFOGADA 58G • SALADA DE PEPINO 40G • MELÃO 150G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • PICADINHO DE CARNE (RESTRIÇÃO) 100G • FAROFA DE COUVE 30G • SALADA DE BETERRABA RALADA 25G • MELÃO 150G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ INTEGRAL 100G • FEIJÃO PRETO 90G • ISCAS DE FRANGO AO SUGO 110G • BATATA PALHA 25G • SALADA DE ALFACE 15G • CREME DE MANGA COM LEITE DE SOJA 90G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • BETERRABA COZIDA 70G • SALADA DE REPOLHO 40G • MELÃO 150G • PEITO DE FRANGO GRELHADO (1 un / 80G) 	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 40,56 Lipídios (g): 15,07 Carboidrato (g): 88,13 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 523,83 Vitamina C (mg): 32,19 Energia (Kcal): 644,42					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 11/08	Terça-Feira, 12/08	Quarta-Feira, 13/08	Quinta-Feira, 14/08	Sexta-Feira, 15/08	Sábado, 16/08
ALMOÇO	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 80G • BATATA PALHA 25G • SALADA DE CENOURA COZIDA 40G • MELÃO 150G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • FRANGO ASSADO 110G • BRÓCOLIS REFOGADO 50G • SALADA DE BETERRABA RALADA 25G • SALADA DE FRUTAS SEM ABACAXI 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • BARREADO (DIETA) 110G • FARINHA DE MANDIOCA TORRADA 35G • SALADA DE ALFACE 15G • 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 REFOGADA 80G • QUIRERA 100G • SALADA DE PEPINO 40G • CAQUI (1 un / 120G) 	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 40,17 Lipídios (g): 19,30 Carboidrato (g): 88,29 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 384,29 Vitamina C (mg): 36,54 Energia (Kcal): 684,91					

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 (RESTRIÇÃO) 110G • BATATA ASSADA COM AZEITE E ORÉGANO 70G • SALADA DE BRÓCOLIS 30G • MELÃO 150G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ COM VAGEM 100G • FEIJÃO PRETO 90G • CARNE DE PANELA COM MANJERICÃO (RESTRIÇÃO) 100G • FAROFA DE CENOURA 45G • MELÃO 150G • 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 SEM ABACAXI 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • ABOBRINHA REFOGADA 35G • SALADA DE CENOURA COZIDA 40G • SAGU DE UVA 100G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 80G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • ALMÔNDEGAS DE FRANGO ASSADAS AO SUGO (RESTRIÇÃO) 100G • POLENTA CREMOSA 90G • SALADA DE ALFACE 15G • MELÃO 150G 	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 39,24 Lipídios (g): 19,29 Carboidrato (g): 87,31 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 456,82 Vitamina C (mg): 30,41 Energia (Kcal): 680,01					

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 (RESTRIÇÃO) 100G • MACARRÃO PARAFUSO ALHO E ÓLEO 80G • SALADA DE REPOLHO 40G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • FRANGO COM CENOURA E PIMENTÃO (RESTRIÇÃO) 150G • PURÊ DE AIPIM 65G • SALADA DE ALFACE 15G • SALADA DE FRUTAS SEM ABACAXI 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • CARNE MOÍDA REFOGADA 80G • ACELGA REFOGADA 45G • SALADA DE BETERRABA RALADA 25G • MELÃO 150G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • CHUCHU REFOGADO 50G • SALADA DE BETERRABA RALADA 25G • MELÃO 150G • PEITO DE FRANGO GRELHADO (1 un / 80G) 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • BARREADO (DIETA) 110G • FARINHA DE MANDIOCA TORRADA 35G • SALADA DE CENOURA COZIDA 40G • MELÃO 150G 	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 37,53 Lipídios (g): 16,90 Carboidrato (g): 100,98 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 453,10 Vitamina C (mg): 34,76 Energia (Kcal): 702,34					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 39,36 Lipídios (g): 18,20 Carboidrato (g): 91,96 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 586,78 Vitamina C (mg): 33,06 Energia (Kcal): 685,90					

Observações						
AS SALADAS DEVEM SER SEM LIMÃO E VINAGRE.						
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 (RESTRIÇÃO) 100G • SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 40G • SALADA DE FRUTAS SEM ABACAXI 100G • BATATA SALSA REFOGADA 55G 	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 33,82 Lipídios (g): 7,54 Carboidrato (g): 104,52 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 380,70 Vitamina C (mg): 61,67 Energia (Kcal): 614,50					

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 REFOGADA 80G • ABÓBORA REFOGADA 58G • SALADA DE REPOLHO 40G • MELÃO 150G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • SALADA DE ALFACE 15G • ISCAS DE FRANGO AO SUGO 110G <ul style="list-style-type: none"> • BATATA PALHA 25G • CREME DE MANGA COM LEITE DE SOJA 90G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • MELÃO 150G • PEITO DE FRANGO À MILANESA (1 un / 100G) • BETERRABA COZIDA 70G • SALADA DE PEPINO 40G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ INTEGRAL 100G • FEIJÃO PRETO 90G • PICADINHO DE CARNE (RESTRIÇÃO) 100G • FAROFA DE COUVE 30G • SALADA DE BETERRABA RALADA 25G • MELÃO 150G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • ALMÔNDegas DE CARNE ASSADAS (RESTRIÇÃO) 100G • MACARRÃO PARAFUSO ALHO E ÓLEO 80G • SALADA DE CHUCHU COM CHEIRO VERDE 30G • SALADA DE FRUTAS SEM ABACAXI 100G 	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 40,63 Lipídios (g): 16,56 Carboidrato (g): 92,02 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 523,77 Vitamina C (mg): 32,22 Energia (Kcal): 673,39					

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 • MELÃO 150G • FEIJÃO PRETO 90G • SALADA DE CENOURA COZIDA 40G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • SALADA DE BETERRABA RALADA 25G • SALADA DE FRUTAS SEM ABACAXI 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 15G • 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 REFOGADA 80G • QUIRERA 100G • SALADA DE PEPINO 40G • CAQUI (1 un / 120G) 	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 40,17 Lipídios (g): 19,30 Carboidrato (g): 88,29 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 384,29 Vitamina C (mg): 36,54 Energia (Kcal): 684,91					

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 • MELÃO 150G • CARNE DE PANELA COM MANJERICÃO (RESTRIÇÃO) 100G • FAROFA DE CENOURA 45G • SALADA DE PEPINO 40G 	<ul style="list-style-type: none"> • FEIJÃO PRETO 90G • SALADA DE FRUTAS SEM ABACAXI 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 À MILANESA (1 un / 100G) • ABOBRINHA REFOGADA 35G • SALADA DE CENOURA COZIDA 40G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • MELÃO 150G • FEIJÃO PRETO 90G • ALMÔNDegas DE FRANGO ASSADAS AO SUGO (RESTRIÇÃO) 100G • POLENTA CREMOSA 90G • SALADA DE ALFACE 15G 	<ul style="list-style-type: none"> • MELÃO 150G • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • FRANGO AO MOLHO (RESTRIÇÃO) 110G • BATATA ASSADA COM AZEITE E ORÉGANO 70G • SALADA DE BRÓCOLIS 30G 	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 39,65 Lipídios (g): 21,57 Carboidrato (g): 91,78 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 456,79 Vitamina C (mg): 30,37 Energia (Kcal): 720,12					

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
ALMOÇO	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • PEITO DE FRANGO À MILANESA (1 un / 100G) • SALADA DE BETERRABA RALADA 25G • FEIJÃO PRETO 90G • CHUCHU REFOGADO 50G • MELÃO 150G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • BARREADO (DIETA) 110G • FARINHA DE MANDIOCA TORRADA 35G • SALADA DE CENOURA COZIDA 40G • MELÃO 150G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • FRANGO COM CENOURA E PIMENTÃO (RESTRIÇÃO) 150G • PURÊ DE AIPIM 65G • SALADA DE ALFACE 15G • SALADA DE FRUTAS SEM ABACAXI 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO CARIOCA 90G • PICADINHO DE CARNE (RESTRIÇÃO) 100G • MACARRÃO PARAFUSO ALHO E ÓLEO 80G • SALADA DE REPOLHO 40G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 110G • FEIJÃO PRETO 90G • CARNE MOÍDA REFOGADA 80G • ACELGA REFOGADA 45G • SALADA DE BETERRABA RALADA 25G • MELÃO 150G 	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 37,60 Lipídios (g): 18,39 Carboidrato (g): 104,87 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 453,04 Vitamina C (mg): 34,78 Energia (Kcal): 731,31					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 39,24 Lipídios (g): 18,41 Carboidrato (g): 94,73 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 450,96 Vitamina C (mg): 34,82 Energia (Kcal): 698,25					

Observações						
AS SALADAS DEVEM SER SEM LIMÃO E VINAGRE.						
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 • BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G
REGULAR TARDE					<ul style="list-style-type: none"> • VITAMINA DE BANANA COM LEITE DE SOJA 180ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 26,72 Lipídios (g): 17,98 Carboidrato (g): 132,40 Cálcio (mg): 124,53 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 11,60 Vitamina C (mg): 6,17 Energia (Kcal): 785,26					

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"> • VITAMINA DE BANANA COM LEITE DE SOJA 180ML • BOLO DE BAUNILHA SEM LEITE 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • MELÃO FATIADO 150G • ARROZ 100G • MOLHO DE CARNE (RESTRIÇÃO) 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • SOPA DE BATATA COM CARNE, CENOURA E MACARRÃO (RESTRIÇÃO) 150G • CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE MAÇÃ 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • PURÊ DE BATATA SEM LEITE 80G • ISCAS DE FRANGO E CENOURA (RESTRIÇÃO) 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 50G
REGULAR TARDE	<ul style="list-style-type: none"> • VITAMINA DE BANANA COM LEITE DE SOJA 180ML • BOLO DE BAUNILHA SEM LEITE 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 100G • MOLHO DE CARNE (RESTRIÇÃO) 50G • MELÃO FATIADO 150G 	<ul style="list-style-type: none"> • SOPA DE BATATA COM CARNE, CENOURA E MACARRÃO (RESTRIÇÃO) 150G • CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE MAÇÃ 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • PURÊ DE BATATA SEM LEITE 80G • ISCAS DE FRANGO E CENOURA (RESTRIÇÃO) 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 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 30,33 Lipídios (g): 10,59 Carboidrato (g): 106,56 Cálcio (mg): 64,63 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 268,84 Vitamina C (mg): 42,77 Energia (Kcal): 632,70					

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 LEITE 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • MACARRÃO PARAFUSO 100G • MOLHO DE CARNE E CHUCHU (RESTRIÇÃO) 50G • MELÃO FATIADO 150G 	<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 GOIABA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • CARNE MOÍDA REFOGADA 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • MELÃO FATIADO 150G • SOPA DE ARROZ COM FRANGO, BATATA E CENOURA (RESTRIÇÃO) 150G 	<ul style="list-style-type: none"> • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G
REGULAR TARDE	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE GOIABA 200ML • SANDUÍCHE NATURAL SEM LEITE 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • MACARRÃO PARAFUSO 100G • MOLHO DE CARNE E CHUCHU (RESTRIÇÃO) 50G • MELÃO FATIADO 150G 	<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 GOIABA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • CARNE MOÍDA REFOGADA 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • SOPA DE ARROZ COM FRANGO, BATATA E CENOURA (RESTRIÇÃO) 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 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 24,21 Lipídios (g): 7,52 Carboidrato (g): 108,92 Cálcio (mg): 42,80 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 234,79 Vitamina C (mg): 20,70 Energia (Kcal): 589,86					

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 MANGA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • CARNE MOÍDA REFOGADA 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 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"> • MACARRÃO PARAFUSO 100G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 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 50G
REGULAR TARDE	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE MANGA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • CARNE MOÍDA REFOGADA 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 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"> • MACARRÃO PARAFUSO 100G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 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 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 31,06 Lipídios (g): 8,60 Carboidrato (g): 116,91 Cálcio (mg): 463,37 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 114,26 Vitamina C (mg): 33,57 Energia (Kcal): 664,15					

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"> • MELÃO FATIADO 150G • RISOTO DE CARNE E ABOBRINHA (RESTRIÇÃO) 150G 	<ul style="list-style-type: none"> • PURÊ DE BATATA SEM LEITE 80G • MOLHO DE FRANGO E VAGEM (RESTRIÇÃO) 50G • MELÃO FATIADO 150G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G • CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE UVA 200ML • PÃO DE AVEIA SEM LEITE 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 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 (RESTRIÇÃO) 150G • MELÃO FATIADO 150G 	<ul style="list-style-type: none"> • PURÊ DE BATATA SEM LEITE 80G • MOLHO DE FRANGO E VAGEM (RESTRIÇÃO) 50G • MELÃO FATIADO 150G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G • CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE UVA 200ML • PÃO DE AVEIA SEM LEITE 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 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 29,83 Lipídios (g): 10,22 Carboidrato (g): 107,01 Cálcio (mg): 76,63 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 411,99 Vitamina C (mg): 50,71 Energia (Kcal): 626,27					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 28,69 Lipídios (g): 9,91 Carboidrato (g): 111,58 Cálcio (mg): 158,99 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 238,56 Vitamina C (mg): 34,57 Energia (Kcal): 640,32					

Observações						
AS SALADAS DEVEM SER SEM LIMÃO E VINAGRE.						
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 • BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G
REGULAR TARDE					<ul style="list-style-type: none"> • VITAMINA DE BANANA COM LEITE DE SOJA 180ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 26,72 Lipídios (g): 17,98 Carboidrato (g): 132,40 Cálcio (mg): 124,53 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 11,60 Vitamina C (mg): 6,17 Energia (Kcal): 785,26					

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 (RESTRIÇÃO) 60G • CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SOPA DE BATATA COM CARNE, CENOURA E MACARRÃO (RESTRIÇÃO) 150G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE MAÇÃ 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • MELÃO FATIADO 150G • ARROZ 100G • MOLHO DE CARNE (RESTRIÇÃO) 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • VITAMINA DE BANANA COM LEITE DE SOJA 180ML • BOLO DE BAUNILHA SEM LEITE 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G
REGULAR TARDE	<ul style="list-style-type: none"> • PURÊ DE BATATA SEM LEITE 80G • ISCAS DE FRANGO E CENOURA (RESTRIÇÃO) 60G • CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SOPA DE BATATA COM CARNE, CENOURA E MACARRÃO (RESTRIÇÃO) 150G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE MAÇÃ 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 100G • MOLHO DE CARNE (RESTRIÇÃO) 50G • MELÃO FATIADO 150G 	<ul style="list-style-type: none"> • VITAMINA DE BANANA COM LEITE DE SOJA 180ML • BOLO DE BAUNILHA SEM LEITE 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 30,33 Lipídios (g): 10,59 Carboidrato (g): 106,56 Cálcio (mg): 64,63 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 268,84 Vitamina C (mg): 42,77 Energia (Kcal): 632,70					

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 • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • CARNE MOÍDA REFOGADA 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE GOIABA 200ML • SANDUÍCHE NATURAL SEM LEITE 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • SOPA DE ARROZ COM FRANGO, BATATA E CENOURA (RESTRIÇÃO) 150G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • MACARRÃO PARAFUSO 100G • MOLHO DE CARNE E CHUCHU (RESTRIÇÃO) 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 50G
REGULAR TARDE	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE GOIABA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • CARNE MOÍDA REFOGADA 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE GOIABA 200ML • SANDUÍCHE NATURAL SEM LEITE 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • SOPA DE ARROZ COM FRANGO, BATATA E CENOURA (RESTRIÇÃO) 150G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • MACARRÃO PARAFUSO 100G • MOLHO DE CARNE E CHUCHU (RESTRIÇÃO) 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 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 23,94 Lipídios (g): 7,55 Carboidrato (g): 112,03 Cálcio (mg): 48,19 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 163,65 Vitamina C (mg): 27,22 Energia (Kcal): 600,39					

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"> • MACARRÃO PARAFUSO 100G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50G • MELÃO FATIADO 150G 	<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 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 MANGA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • CARNE MOÍDA REFOGADA 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G
REGULAR TARDE	<ul style="list-style-type: none"> • MACARRÃO PARAFUSO 100G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50G • MELÃO FATIADO 150G 	<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 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 MANGA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • CARNE MOÍDA REFOGADA 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 31,06 Lipídios (g): 8,60 Carboidrato (g): 116,91 Cálcio (mg): 463,37 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 114,26 Vitamina C (mg): 33,57 Energia (Kcal): 664,15					

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 (RESTRIÇÃO) 50G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • RISOTO DE CARNE E ABOBRINHA (RESTRIÇÃO) 150G • MELÃO FATIADO 150G 	<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 50G • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 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 50G
REGULAR TARDE	<ul style="list-style-type: none"> • PURÊ DE BATATA SEM LEITE 80G • MOLHO DE FRANGO E VAGEM (RESTRIÇÃO) 50G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • RISOTO DE CARNE E ABOBRINHA (RESTRIÇÃO) 150G • MELÃO FATIADO 150G 	<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 50G • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 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 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 29,83 Lipídios (g): 10,22 Carboidrato (g): 107,01 Cálcio (mg): 76,63 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 411,99 Vitamina C (mg): 50,71 Energia (Kcal): 626,27					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 28,63 Lipídios (g): 9,91 Carboidrato (g): 112,30 Cálcio (mg): 160,23 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 222,14 Vitamina C (mg): 36,08 Energia (Kcal): 642,75					

Observações						
AS SALADAS DEVEM SER SEM LIMÃO E VINAGRE.						
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 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G
INTEGRAL TARDE					<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE HORTELÃ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 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 50G • MARGARINA SEM LEITE 10G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO 190ML • PÃO FATIADO SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G 	<ul style="list-style-type: none"> • VITAMINA DE BANANA COM LEITE DE SOJA 180ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 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 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 50G • MARGARINA SEM LEITE 10G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO 190ML • PÃO FATIADO SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G 	<ul style="list-style-type: none"> • VITAMINA DE BANANA COM LEITE DE SOJA 180ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 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 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 19,30 Lipídios (g): 14,18 Carboidrato (g): 118,92 Cálcio (mg): 506,50 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 32,59 Vitamina C (mg): 30,73 Energia (Kcal): 673,59					

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 50G • MARGARINA SEM LEITE 10G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO 190ML • BISCOITO DOCE SEM LEITE 50G • CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAPIM LIMÃO 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • PÃO FATIADO SEM LEITE 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • MARGARINA SEM LEITE 10G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 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 50G • MARGARINA SEM LEITE 10G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO 190ML • BISCOITO DOCE SEM LEITE 50G • CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAPIM LIMÃO 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 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 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • MARGARINA SEM LEITE 10G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 17,26 Lipídios (g): 17,75 Carboidrato (g): 115,09 Cálcio (mg): 76,16 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 6,29 Vitamina C (mg): 15,35 Energia (Kcal): 686,35					

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 LEITE 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 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 50G • MARGARINA SEM LEITE 10G 	<ul style="list-style-type: none"> • VITAMINA DE MANGA COM LEITE DE SOJA 180ML • BISCOITO DOCE SEM LEITE 50G • CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 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 LEITE 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 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 50G • MARGARINA SEM LEITE 10G 	<ul style="list-style-type: none"> • VITAMINA DE MANGA COM LEITE DE SOJA 180ML • BISCOITO DOCE SEM LEITE 50G • CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 17,76 Lipídios (g): 15,87 Carboidrato (g): 119,79 Cálcio (mg): 80,81 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 3,23 Vitamina C (mg): 20,58 Energia (Kcal): 688,38					

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 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G 	<ul style="list-style-type: none"> • VITAMINA DE MANGA COM LEITE DE SOJA 180ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • MARGARINA SEM LEITE 10G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BOLO DE BAUNILHA SEM LEITE 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA 190ML • BISCOITO DE POLVILHO SALGADO SEM LEITE 50G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 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 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G 	<ul style="list-style-type: none"> • VITAMINA DE MANGA COM LEITE DE SOJA 180ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • MARGARINA SEM LEITE 10G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BOLO DE BAUNILHA SEM LEITE 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA 190ML • BISCOITO DE POLVILHO SALGADO SEM LEITE 50G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 18,97 Lipídios (g): 16,57 Carboidrato (g): 114,41 Cálcio (mg): 81,90 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 6,31 Vitamina C (mg): 9,42 Energia (Kcal): 678,57					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 17,83 Lipídios (g): 15,43 Carboidrato (g): 114,83 Cálcio (mg): 175,15 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 11,18 Vitamina C (mg): 17,60 Energia (Kcal): 665,83					

Observações						
AS SALADAS DEVEM SER SEM LIMÃO E VINAGRE.						
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 BAUNILHA SEM LEITE 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G
INTEGRAL TARDE					<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA 190ML • BOLO DE BAUNILHA SEM LEITE 50G • MAMÃO FATIADO 85G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 19,09 Lipídios (g): 14,92 Carboidrato (g): 116,52 Cálcio (mg): 100,53 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 82,11 Vitamina C (mg): 83,35 Energia (Kcal): 668,69					

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 LEITE 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO 190ML • PÃO FATIADO SEM LEITE 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 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 50G • MARGARINA SEM LEITE 10G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 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 LEITE 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO 190ML • PÃO FATIADO SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 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 50G • MARGARINA SEM LEITE 10G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 19,20 Lipídios (g): 17,40 Carboidrato (g): 118,49 Cálcio (mg): 506,50 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 32,59 Vitamina C (mg): 30,73 Energia (Kcal): 700,42					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 11/08	Terça-Feira, 12/08	Quarta-Feira, 13/08	Quinta-Feira, 14/08	Sexta-Feira, 15/08	Sábado, 16/08
INTEGRAL MANHÃ	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • MARGARINA SEM LEITE 10G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO 190ML • BISCOITO DOCE SEM LEITE 50G • CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 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 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • MARGARINA SEM LEITE 10G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 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 50G • MARGARINA SEM LEITE 10G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO 190ML • BISCOITO DOCE SEM LEITE 50G • CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAPIM LIMÃO 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 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 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • MARGARINA SEM LEITE 10G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 17,26 Lipídios (g): 17,75 Carboidrato (g): 115,09 Cálcio (mg): 76,16 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 6,29 Vitamina C (mg): 15,35 Energia (Kcal): 686,35					

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 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G 	<ul style="list-style-type: none"> • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 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 50G • MARGARINA SEM LEITE 10G 	<ul style="list-style-type: none"> • VITAMINA DE MANGA COM LEITE DE SOJA 180ML • BISCOITO DOCE SEM LEITE 50G • CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO 190ML • CHINEQUE DE GOIABADA SEM LEITE 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 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 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 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 50G • MARGARINA SEM LEITE 10G 	<ul style="list-style-type: none"> • VITAMINA DE MANGA COM LEITE DE SOJA 180ML • BISCOITO DOCE SEM LEITE 50G • CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO 190ML • CHINEQUE DE GOIABADA SEM LEITE 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 18,27 Lipídios (g): 15,92 Carboidrato (g): 125,08 Cálcio (mg): 81,65 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 7,96 Vitamina C (mg): 22,31 Energia (Kcal): 709,54					

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 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 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA 190ML • BISCOITO DE POLVILHO SALGADO SEM LEITE 50G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BOLO DE BAUNILHA SEM LEITE 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 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 50G • MARGARINA SEM LEITE 10G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G 	<ul style="list-style-type: none"> • CHÁ DE CAMOMILA 190ML • BISCOITO DE POLVILHO SALGADO SEM LEITE 50G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BOLO DE BAUNILHA SEM LEITE 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 18,97 Lipídios (g): 16,57 Carboidrato (g): 114,41 Cálcio (mg): 81,90 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 6,31 Vitamina C (mg): 9,42 Energia (Kcal): 678,57					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 18,48 Lipídios (g): 16,76 Carboidrato (g): 118,13 Cálcio (mg): 179,94 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 18,58 Vitamina C (mg): 24,37 Energia (Kcal): 691,79					

Observações						
AS SALADAS DEVEM SER SEM LIMÃO E VINAGRE.						
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 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 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 12,52 Lipídios (g): 4,33 Carboidrato (g): 45,06 Cálcio (mg): 33,69 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 107,19 Vitamina C (mg): 10,72 Energia (Kcal): 268,04					

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 MAÇÃ 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • SOPA DE BATATA COM CARNE, CENOURA E MACARRÃO (RESTRIÇÃO) 150G • CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • PURÊ DE BATATA SEM LEITE 80G • ISCAS DE FRANGO E CENOURA (RESTRIÇÃO) 60G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 100G • MOLHO DE CARNE (RESTRIÇÃO) 50G • MELÃO FATIADO 150G 	<ul style="list-style-type: none"> • VITAMINA DE BANANA COM LEITE DE SOJA 180ML • BOLO DE BAUNILHA SEM LEITE 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 15,17 Lipídios (g): 5,29 Carboidrato (g): 53,28 Cálcio (mg): 32,31 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 134,42 Vitamina C (mg): 21,38 Energia (Kcal): 316,35					

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 PARAFUSO 100G • MOLHO DE CARNE E CHUCHU (RESTRIÇÃO) 50G • MELÃO FATIADO 150G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE GOIABA 200ML • SANDUÍCHE NATURAL SEM LEITE 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • SOPA DE ARROZ COM FRANGO, BATATA E CENOURA (RESTRIÇÃO) 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 GOIABA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • CARNE MOÍDA REFOGADA 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 11,95 Lipídios (g): 3,76 Carboidrato (g): 54,67 Cálcio (mg): 20,85 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 82,49 Vitamina C (mg): 8,09 Energia (Kcal): 295,18					

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"> • MACARRÃO PARAFUSO 100G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50G • MELÃO FATIADO 150G 	<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 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 50G • SUCO POLPA DE MANGA 200ML • CARNE MOÍDA REFOGADA 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 15,53 Lipídios (g): 4,30 Carboidrato (g): 58,46 Cálcio (mg): 231,69 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 57,13 Vitamina C (mg): 16,79 Energia (Kcal): 332,07					

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 (RESTRIÇÃO) 50G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • MELÃO FATIADO 150G • RISOTO DE CARNE E ABOBRINHA (RESTRIÇÃO) 150G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G • MAÇÃ (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE UVA 200ML • PÃO DE AVEIA SEM LEITE 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 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 14,76 Lipídios (g): 5,11 Carboidrato (g): 53,72 Cálcio (mg): 37,76 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 171,09 Vitamina C (mg): 23,09 Energia (Kcal): 313,38					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 14,21 Lipídios (g): 4,59 Carboidrato (g): 54,27 Cálcio (mg): 77,04 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 110,97 Vitamina C (mg): 16,83 Energia (Kcal): 310,69					

Observações						
AS SALADAS DEVEM SER SEM LIMÃO E VINAGRE.						
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 (RESTRIÇÃO) 150G • MELÃO FATIADO 150G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 12,31 Lipídios (g): 4,29 Carboidrato (g): 45,06 Cálcio (mg): 42,42 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 252,14 Vitamina C (mg): 15,34 Energia (Kcal): 267,32					

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 (RESTRIÇÃO) 60G • CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SOPA DE BATATA COM CARNE, CENOURA E MACARRÃO (RESTRIÇÃO) 150G • MELÃO FATIADO 150G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE MAÇÃ 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 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 50G • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 14,13 Lipídios (g): 3,83 Carboidrato (g): 51,10 Cálcio (mg): 25,11 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 110,38 Vitamina C (mg): 21,22 Energia (Kcal): 291,82					

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 (RESTRIÇÃO) 150G • MELÃO FATIADO 150G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE GOIABA 200ML • SANDUÍCHE NATURAL SEM LEITE 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 PARAFUSO 100G • MOLHO DE CARNE E CHUCHU (RESTRIÇÃO) 50G • MELÃO FATIADO 150G 	<ul style="list-style-type: none"> • BOLO DE CENOURA SEM LEITE 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 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 12,57 Lipídios (g): 4,98 Carboidrato (g): 50,14 Cálcio (mg): 30,77 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 158,69 Vitamina C (mg): 11,82 Energia (Kcal): 291,74					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 18/08	Terça-Feira, 19/08	Quarta-Feira, 20/08	Quinta-Feira, 21/08	Sexta-Feira, 22/08	Sábado, 23/08
REGULAR TARDE	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE MANGA 200ML • PÃO DE AVEIA SEM LEITE 50G • CARNE MOÍDA REFOGADA 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • SOPA DE ARROZ COM FRANGO, BATATA E CENOURA (RESTRIÇÃO) 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 50G • SUCO POLPA DE MAÇÃ 200ML • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • MACARRÃO PARAFUSO 100G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50G • MELÃO FATIADO 150G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 16,02 Lipídios (g): 4,16 Carboidrato (g): 57,35 Cálcio (mg): 234,47 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 52,23 Vitamina C (mg): 16,22 Energia (Kcal): 327,22					

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"> • MELÃO FATIADO 150G • PURÊ DE BATATA SEM LEITE 80G • MOLHO DE FRANGO E VAGEM (RESTRIÇÃO) 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • RISOTO DE CARNE E ABOBRINHA (RESTRIÇÃO) 150G • MAÇÃ (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE UVA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • CARNE MOÍDA REFOGADA 60G 	<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"> • 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 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 12,88 Lipídios (g): 4,38 Carboidrato (g): 49,43 Cálcio (mg): 29,25 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 1658,26 Vitamina C (mg): 24,45 Energia (Kcal): 284,52					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 13,78 Lipídios (g): 4,33 Carboidrato (g): 51,47 Cálcio (mg): 77,02 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 476,22 Vitamina C (mg): 18,19 Energia (Kcal): 296,40					

Observações						
AS SALADAS DEVEM SER SEM LIMÃO E VINAGRE.						
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"> • CANJICA COM LEITE DE SOJA 200G • MAÇÃ (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 10,63 Lipídios (g): 6,15 Carboidrato (g): 64,61 Cálcio (mg): 44,46 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 4366,30 Vitamina C (mg): 1,85 Energia (Kcal): 352,02					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 04/08	Terça-Feira, 05/08	Quarta-Feira, 06/08	Quinta-Feira, 07/08	Sexta-Feira, 08/08	Sábado, 09/08
REGULAR TARDE	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE UVA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 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 (RESTRIÇÃO) 150G • MELÃO FATIADO 150G 	<ul style="list-style-type: none"> • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • SUCO POLPA DE MAÇÃ 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 (RESTRIÇÃO) 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 14,13 Lipídios (g): 3,83 Carboidrato (g): 51,10 Cálcio (mg): 25,11 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 110,38 Vitamina C (mg): 21,22 Energia (Kcal): 291,82					

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 (RESTRIÇÃO) 150G • MELÃO FATIADO 150G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE GOIABA 200ML • SANDUÍCHE NATURAL SEM LEITE 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 LEITE 50G • VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE SOJA 180ML 	<ul style="list-style-type: none"> • MELÃO FATIADO 150G • MACARRÃO PARAFUSO 100G • MOLHO DE CARNE E CHUCHU (RESTRIÇÃO) 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 12,57 Lipídios (g): 4,98 Carboidrato (g): 50,14 Cálcio (mg): 30,77 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 158,69 Vitamina C (mg): 11,82 Energia (Kcal): 291,74					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 18/08	Terça-Feira, 19/08	Quarta-Feira, 20/08	Quinta-Feira, 21/08	Sexta-Feira, 22/08	Sábado, 23/08
REGULAR TARDE	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE MAÇÃ 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 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 (RESTRIÇÃO) 150G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE MANGA 200ML • PÃO DE AVEIA SEM LEITE 50G • CARNE MOÍDA REFOGADA 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • MACARRÃO PARAFUSO 100G • MOLHO DE CARNE E CHUCHU (RESTRIÇÃO) 50G • MELÃO FATIADO 150G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 14,44 Lipídios (g): 3,83 Carboidrato (g): 57,44 Cálcio (mg): 234,60 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 78,77 Vitamina C (mg): 16,36 Energia (Kcal): 317,85					

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 (RESTRIÇÃO) 150G <ul style="list-style-type: none"> ● 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 50G <ul style="list-style-type: none"> ● CARNE MOÍDA REFOGADA 60G 	<ul style="list-style-type: none"> ● PURÊ DE BATATA SEM LEITE 80G ● MOLHO DE FRANGO E VAGEM (RESTRIÇÃO) 50G ● MELÃO FATIADO 150G 	<ul style="list-style-type: none"> ● CANJICA COM LEITE DE SOJA 200G <ul style="list-style-type: none"> ● CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G <ul style="list-style-type: none"> ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 12,88 Lipídios (g): 4,38 Carboidrato (g): 49,43 Cálcio (mg): 29,25 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 1658,26 Vitamina C (mg): 24,45 Energia (Kcal): 284,52					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 13,29 Lipídios (g): 4,40 Carboidrato (g): 53,00 Cálcio (mg): 77,20 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 798,82 Vitamina C (mg): 17,18 Energia (Kcal): 300,76					