

Observações

OBSERVAÇÃO: ALIMENTOS E PREPARAÇÕES NÃO PODEM CONTER GLUTÊN/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"> ● 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 AO SUGO 110G ● 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): 41,28 Lipídios (g): 15,36 Carboidrato (g): 85,19 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 338,31 Vitamina C (mg): 55,68 Energia (Kcal): 638,62					

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 AO SUGO 100G ● 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): 39,86 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"> ● 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"> ● ARROZ 110G ● FEIJÃO CARIOCA 90G ● ALMÔNDEGAS DE FRANGO ASSADAS AO SUGO SEM GLÚTEN E SEM OVO 100G ● POLENTA CREMOSA 90G ● SALADA DE ALFACE 15G ● PONKAN (1 un / 80G) 	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 37,59 Lipídios (g): 20,01 Carboidrato (g): 84,08 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 169,27 Vitamina C (mg): 61,45 Energia (Kcal): 667,04					

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): 39,29 Lipídios (g): 18,55 Carboidrato (g): 89,56 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 415,92 Vitamina C (mg): 55,07 Energia (Kcal): 679,42					

Observações

OBSERVAÇÃO: ALIMENTOS E PREPARAÇÕES NÃO PODEM CONTER GLUTÊN/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"> ● ARROZ 110G ● FEIJÃO CARIOCA 90G ● ALMÔNDEGAS DE FRANGO ASSADAS AO SUGO SEM GLÚTEN E SEM OVO 100G ● FAROFA DE COUVE 30G ● SALADA DE BETERRABA RALADA 25G ● CREME DE MANGA COM LEITE DE SOJA 90G 	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 40,85 Lipídios (g): 21,49 Carboidrato (g): 105,00 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 112,90 Vitamina C (mg): 39,89 Energia (Kcal): 771,99					

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 ● ISCAS DE FRANGO AO SUGO 110G ● BATATA PALHA 25G ● SALADA DE ALFACE 15G ● MAÇÃ (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● FEIJÃO PRETO 90G ● PONKAN (1 un / 80G) ● ARROZ 110G ● CARNE MOÍDA COM TOMATE E CHEIRO VERDE 100G ● ABÓBORA REFOGADA 58G ● SALADA DE REPOLHO COM LIMÃO 40G 	<ul style="list-style-type: none"> ● ARROZ 110G ● FEIJÃO CARIOCA 90G ● PICADINHO DE CARNE 100G ● FAROFA DE COUVE 30G ● SALADA DE TOMATE 60G ● LARANJA (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● FEIJÃO PRETO 90G ● PEITO DE FRANGO GRELHADO (1 un / 80G) ● BETERRABA COZIDA 70G ● SALADA DE PEPINO 40G ● MELÃO 150G ● ARROZ INTEGRAL 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): 39,84 Lipídios (g): 14,75 Carboidrato (g): 83,79 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 339,08 Vitamina C (mg): 52,91 Energia (Kcal): 621,80					

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 ● FEIJÃO PRETO 90G ● ISCAS DE CARNE AO SUGO 100G ● BATATA PALHA 25G ● SALADA DE CENOURA COZIDA 40G ● LARANJA (1 un / 100G) 	<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 ● QUIRERA 100G ● CAQUI (1 un / 120G) ● SALADA DE COUVE-FLOR COM LIMÃO 30G 	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 40,03 Lipídios (g): 19,36 Carboidrato (g): 86,91 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 342,64 Vitamina C (mg): 55,80 Energia (Kcal): 679,42					

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 ● SALADA DE PEPINO 40G <ul style="list-style-type: none"> ● MELÃO 150G ● ARROZ COM VAGEM 100G 	<ul style="list-style-type: none"> ● ARROZ 110G ● PONKAN (1 un / 80G) ● POLENTA CREMOSA 90G ● SALADA DE ALFACE 15G ● FEIJÃO CARIOCA 90G ● ALMÔNDEGAS DE FRANGO ASSADAS AO SUGO SEM GLÚTEN E SEM OVO 100G 	<ul style="list-style-type: none"> ● ARROZ 110G ● SAGU DE UVA 100G ● FEIJÃO PRETO 90G ● FRANGO ASSADO 110G ● CREME DE MILHO SEM LEITE 50G ● SALADA DE BETERRABA RALADA 25G 	<ul style="list-style-type: none"> ● ARROZ 110G ● FEIJÃO CARIOCA 90G ● BIFE GRELHADO (1 un / 100G) ● ABOBRINHA REFOGADA COM TOMATE 35G ● SALADA DE CENOURA RALADA COM LIMÃO 25G ● SALADA DE FRUTAS 100G 	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 37,63 Lipídios (g): 19,99 Carboidrato (g): 84,53 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 211,73 Vitamina C (mg): 52,91 Energia (Kcal): 668,71					

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 ● 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 CARIOCA 90G ● CARNE MOÍDA COM TOMATE E CHEIRO VERDE 100G ● ACELGA REFOGADA 45G ● SALADA DE TOMATE 60G ● MELÃO 150G 	<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 ● PEITO DE FRANGO GRELHADO (1 un / 80G) ● CHUCHU REFOGADO 50G ● SALADA DE BETERRABA RALADA 25G ● LARANJA (1 un / 100G) 	
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): 39,08 Lipídios (g): 18,03 Carboidrato (g): 89,23 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 288,45 Vitamina C (mg): 54,01 Energia (Kcal): 672,54					

Observações

OBSERVAÇÃO: ALIMENTOS E PREPARAÇÕES NÃO PODEM CONTER GLUTÊN/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"> ● 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 AO SUGO 110G ● 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): 41,28 Lipídios (g): 15,36 Carboidrato (g): 85,19 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 338,31 Vitamina C (mg): 55,68 Energia (Kcal): 638,62					

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 AO SUGO 100G ● 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): 39,86 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"> ● 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 FRANGO ASSADAS AO SUGO SEM GLÚTEN E SEM 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): 20,01 Carboidrato (g): 84,24 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 171,00 Vitamina C (mg): 61,95 Energia (Kcal): 667,73					

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): 39,34 Lipídios (g): 17,60 Carboidrato (g): 89,08 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 278,61 Vitamina C (mg): 57,77 Energia (Kcal): 669,28					

Observações

OBSERVAÇÃO: ALIMENTOS E PREPARAÇÕES NÃO PODEM CONTER GLUTÊN/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 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 GLÚTEN E LEITE 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 GLÚTEN E LEITE 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 GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • VITAMINA DE BANANA COM LEITE DE SOJA 180ML 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 100G • CARNE MOÍDA REFOGADA COM 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 GLÚTEN E LEITE 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 GLÚTEN E LEITE 50G
REGULAR TARDE	<ul style="list-style-type: none"> • BOLO DE LARANJA SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • VITAMINA DE BANANA COM LEITE DE SOJA 180ML 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 100G • CARNE MOÍDA REFOGADA COM 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 GLÚTEN E LEITE 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 GLÚTEN E LEITE 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 28,32 Lipídios (g): 9,16 Carboidrato (g): 101,53 Cálcio (mg): 57,99 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 128,45 Vitamina C (mg): 74,83 Energia (Kcal): 593,67					

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 GLÚTEN E LEITE 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 GLÚTEN E LEITE 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 GLÚTEN E LEITE 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 GLÚTEN E LEITE 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 GLÚTEN E LEITE 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 GLÚTEN E 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 AO SUGO 100G ● ISCAS DE CARNE E TOMATE 60G ● MELÃO FATIADO 150G 	<ul style="list-style-type: none"> ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G ● LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G
REGULAR TARDE	<ul style="list-style-type: none"> ● SUCO POLPA DE LARANJA 200ML ● PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 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 GLÚTEN E 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 AO SUGO 100G ● ISCAS DE CARNE E TOMATE 60G ● MELÃO FATIADO 150G 	<ul style="list-style-type: none"> ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G ● LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 29,34 Lipídios (g): 8,68 Carboidrato (g): 115,83 Cálcio (mg): 463,40 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 143,07 Vitamina C (mg): 27,46 Energia (Kcal): 654,53					

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 FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 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 GLÚTEN E 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 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 FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 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 GLÚTEN E LEITE 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 26,52 Lipídios (g): 11,45 Carboidrato (g): 100,69 Cálcio (mg): 69,49 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 167,37 Vitamina C (mg): 90,76 Energia (Kcal): 602,12					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 25,94 Lipídios (g): 10,09 Carboidrato (g): 105,03 Cálcio (mg): 153,77 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 140,37 Vitamina C (mg): 103,25 Energia (Kcal): 607,35					

Observações

OBSERVAÇÃO: ALIMENTOS E PREPARAÇÕES NÃO PODEM CONTER GLUTÊN/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 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 GLÚTEN E LEITE 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 GLÚTEN E LEITE 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 GLÚTEN E LEITE 50G ● FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G 	<ul style="list-style-type: none"> ● ARROZ 100G ● CARNE MOÍDA REFOGADA COM TOMATE 60G ● PONKAN (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● BOLO DE LARANJA SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 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 GLÚTEN E LEITE 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 GLÚTEN E LEITE 50G ● FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G 	<ul style="list-style-type: none"> ● ARROZ 100G ● CARNE MOÍDA REFOGADA COM TOMATE 60G ● PONKAN (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● VITAMINA DE BANANA COM LEITE DE SOJA 180ML ● BOLO DE LARANJA 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 GLÚTEN E LEITE 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 28,32 Lipídios (g): 9,16 Carboidrato (g): 101,53 Cálcio (mg): 57,99 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 128,45 Vitamina C (mg): 74,83 Energia (Kcal): 593,67					

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 GLÚTEN E LEITE 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 GLÚTEN E LEITE 50G
REGULAR TARDE	<ul style="list-style-type: none"> ● SUCO POLPA DE ACEROLA 200ML ● PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 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 GLÚTEN E LEITE 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"> ● MACARRÃO PARAFUSO AO SUGO 100G ● ISCAS DE CARNE E TOMATE 60G ● 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 GLÚTEN E 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 LARANJA 200ML ● PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 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 GLÚTEN E LEITE 50G
REGULAR TARDE	<ul style="list-style-type: none"> ● MACARRÃO PARAFUSO AO SUGO 100G ● ISCAS DE CARNE E TOMATE 60G ● 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 GLÚTEN E 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 LARANJA 200ML ● PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 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 GLÚTEN E LEITE 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 29,34 Lipídios (g): 8,68 Carboidrato (g): 115,83 Cálcio (mg): 463,40 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 143,07 Vitamina C (mg): 27,46 Energia (Kcal): 654,53					

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 FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 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 GLÚTEN E LEITE 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 FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 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 GLÚTEN E LEITE 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 26,60 Lipídios (g): 11,42 Carboidrato (g): 101,47 Cálcio (mg): 66,09 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 238,51 Vitamina C (mg): 76,56 Energia (Kcal): 605,00					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 25,91 Lipídios (g): 10,08 Carboidrato (g): 106,31 Cálcio (mg): 152,95 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 156,63 Vitamina C (mg): 98,57 Energia (Kcal): 611,78					

Observações						
OBSERVAÇÃO: ALIMENTOS E PREPARAÇÕES NÃO PODEM CONTER GLUTÊN/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 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 GLÚTEN E LEITE 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 GLÚTEN E LEITE 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 ● CARNE MOÍDA REFOGADA COM TOMATE 60G ● PONKAN (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 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 GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 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 GLÚTEN E LEITE 50G
REGULAR TARDE	<ul style="list-style-type: none"> ● ARROZ 100G ● CARNE MOÍDA REFOGADA COM TOMATE 60G ● PONKAN (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 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 GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 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 GLÚTEN E LEITE 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 28,17 Lipídios (g): 9,13 Carboidrato (g): 98,02 Cálcio (mg): 57,13 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 124,72 Vitamina C (mg): 73,26 Energia (Kcal): 580,92					

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 GLÚTEN E LEITE 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 GLÚTEN E LEITE 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 GLÚTEN E LEITE 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 GLÚTEN E LEITE 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 GLÚTEN E LEITE 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"> ● MELÃO FATIADO 150G ● MACARRÃO PARAFUSO AO SUGO 100G ● ISCAS DE CARNE E TOMATE 60G 	<ul style="list-style-type: none"> ● SUCO POLPA DE MAÇÃ 200ML ● PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E 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 GLÚTEN E LEITE 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 GLÚTEN E LEITE 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"> ● MELÃO FATIADO 150G ● MACARRÃO PARAFUSO AO SUGO 100G ● ISCAS DE CARNE E TOMATE 60G 	<ul style="list-style-type: none"> ● SUCO POLPA DE MAÇÃ 200ML ● PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E 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 GLÚTEN E LEITE 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 29,34 Lipídios (g): 8,68 Carboidrato (g): 115,83 Cálcio (mg): 463,40 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 143,07 Vitamina C (mg): 27,46 Energia (Kcal): 654,53					

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 FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 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 GLÚTEN E LEITE 50G
REGULAR TARDE	<ul style="list-style-type: none"> ● PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 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 GLÚTEN E LEITE 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 26,52 Lipídios (g): 11,45 Carboidrato (g): 100,69 Cálcio (mg): 69,49 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 167,37 Vitamina C (mg): 90,76 Energia (Kcal): 602,12					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 26,44 Lipídios (g): 9,19 Carboidrato (g): 103,94 Cálcio (mg): 153,44 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 151,10 Vitamina C (mg): 101,78 Energia (Kcal): 596,91					

Observações

OBSERVAÇÃO: ALIMENTOS E PREPARAÇÕES NÃO PODEM CONTER GLÚTÊN/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"> ● CHÁ DE HORTELÃ 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G
INTEGRAL TARDE					<ul style="list-style-type: none"> ● CHÁ DE HORTELÃ 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E 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 FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G ● MARGARINA SEM LEITE 10G 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO 190ML ● PÃO FATIADO SEM GLÚTEN, 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 GLÚTEN E 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 GLÚTEN E 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 GLÚTEN E LEITE 50G ● MARGARINA SEM LEITE 10G 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO 190ML ● PÃO FATIADO SEM GLÚTEN, 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 GLÚTEN E 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 GLÚTEN E LEITE 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 16,09 Lipídios (g): 15,41 Carboidrato (g): 114,52 Cálcio (mg): 490,00 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 32,55 Vitamina C (mg): 42,78 Energia (Kcal): 657,04					

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 GLÚTEN E LEITE 50G ● MARGARINA SEM LEITE 10G 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO 190ML ● BISCOITO DOCE SEM GLÚTEN E LEITE 50G ● CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● CHÁ DE CAPIM LIMÃO 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G ● BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● PÃO FATIADO SEM GLÚTEN, 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 GLÚTEN E LEITE 50G ● MARGARINA SEM LEITE 10G 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E 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 GLÚTEN E LEITE 50G ● MARGARINA SEM LEITE 10G 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO 190ML ● BISCOITO DOCE SEM GLÚTEN E LEITE 50G ● CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● CHÁ DE CAPIM LIMÃO 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G ● BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● PÃO FATIADO SEM GLÚTEN, 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 GLÚTEN E LEITE 50G ● MARGARINA SEM LEITE 10G 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E 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 ● BOLO DE CENOURA SEM GLÚTEN, LEITE E SEM OVOS 50G 	<ul style="list-style-type: none"> ● CHÁ DE CAMOMILA 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E 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 GLÚTEN, 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 GLÚTEN E LEITE 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 GLÚTEN E LEITE 50G 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G
INTEGRAL TARDE	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO 190ML ● BOLO DE CENOURA SEM GLÚTEN, LEITE E SEM OVOS 50G 	<ul style="list-style-type: none"> ● CHÁ DE CAMOMILA 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E 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 GLÚTEN, 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 GLÚTEN E LEITE 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 GLÚTEN E LEITE 50G 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 18,19 Lipídios (g): 16,85 Carboidrato (g): 118,30 Cálcio (mg): 84,65 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 48,08 Vitamina C (mg): 15,50 Energia (Kcal): 694,37					

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 GLÚTEN E LEITE 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G 	<ul style="list-style-type: none"> ● VITAMINA DE MANGA COM LEITE DE SOJA 180ML ● PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G ● MARGARINA SEM LEITE 10G 	<ul style="list-style-type: none"> ● PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 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 GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 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 GLÚTEN E 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 GLÚTEN E LEITE 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G 	<ul style="list-style-type: none"> ● VITAMINA DE MANGA COM LEITE DE SOJA 180ML ● PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G ● MARGARINA SEM LEITE 10G 	<ul style="list-style-type: none"> ● PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 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 GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 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 GLÚTEN E LEITE 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 16,27 Lipídios (g): 14,83 Carboidrato (g): 106,32 Cálcio (mg): 70,94 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 6,29 Vitamina C (mg): 23,71 Energia (Kcal): 612,55					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 16,57 Lipídios (g): 15,53 Carboidrato (g): 111,60 Cálcio (mg): 169,70 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 21,52 Vitamina C (mg): 22,51 Energia (Kcal): 648,16					

Observações

OBSERVAÇÃO: ALIMENTOS E PREPARAÇÕES NÃO PODEM CONTER GLÚTEN/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"> ● LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G
INTEGRAL TARDE					<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G

Tabela Nutricional

Cálculo Semanal Proteína (g): 19,16 Lipídios (g): 10,35 Carboidrato (g): 95,38 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 GLÚTEN, 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 GLÚTEN E LEITE 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G ● MAMÃO FATIADO 85G 	<ul style="list-style-type: none"> ● PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G ● LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML ● MARGARINA SEM LEITE 10G 	<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 GLÚTEN E LEITE 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G
INTEGRAL TARDE	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO 190ML ● PÃO FATIADO SEM GLÚTEN, 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 GLÚTEN E LEITE 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G ● MAMÃO FATIADO 85G 	<ul style="list-style-type: none"> ● PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G ● LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML ● MARGARINA SEM LEITE 10G 	<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 GLÚTEN E LEITE 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 16,09 Lipídios (g): 15,41 Carboidrato (g): 114,52 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 32,55 Vitamina C (mg): 42,78 Energia (Kcal): 657,04					

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 GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G ● LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G ● MARGARINA SEM LEITE 10G 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO 190ML ● BISCOITO DOCE SEM GLÚTEN E LEITE 50G ● CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● CHÁ DE CAPIM LIMÃO 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E 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 FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G
INTEGRAL TARDE	<ul style="list-style-type: none"> ● PÃO FATIADO SEM GLÚTEN, 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 GLÚTEN E LEITE 50G ● MARGARINA SEM LEITE 10G 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO 190ML ● BISCOITO DOCE SEM GLÚTEN E LEITE 50G ● CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● CHÁ DE CAPIM LIMÃO 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E 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 FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 17,31 Lipídios (g): 14,48 Carboidrato (g): 115,31 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 6,29 Vitamina C (mg): 15,35 Energia (Kcal): 657,93					

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 GLÚTEN E LEITE 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO 190ML ● BOLO DE CENOURA SEM GLÚTEN, LEITE E SEM OVOS 50G 	<ul style="list-style-type: none"> ● PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E 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 GLÚTEN, 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 GLÚTEN E LEITE 50G ● MELÃO FATIADO 150G 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E 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 GLÚTEN E LEITE 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO 190ML ● BOLO DE CENOURA SEM GLÚTEN, LEITE E SEM OVOS 50G 	<ul style="list-style-type: none"> ● PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E 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 GLÚTEN, 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 GLÚTEN E LEITE 50G ● MELÃO FATIADO 150G 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 18,97 Lipídios (g): 16,88 Carboidrato (g): 120,47 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 123,96 Vitamina C (mg): 10,71 Energia (Kcal): 705,00					

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 GLÚTEN E LEITE 50G 	<ul style="list-style-type: none"> ● PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 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 GLÚTEN E LEITE 50G 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML ● BOLO DE LARANJA SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 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 GLÚTEN E LEITE 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 GLÚTEN E LEITE 50G 	<ul style="list-style-type: none"> ● PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 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 GLÚTEN E LEITE 50G 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML ● BOLO DE LARANJA SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 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 GLÚTEN E LEITE 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 16,27 Lipídios (g): 14,83 Carboidrato (g): 106,32 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 6,29 Vitamina C (mg): 23,71 Energia (Kcal): 612,55					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 17,32 Lipídios (g): 15,01 Carboidrato (g): 112,71 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 39,04 Vitamina C (mg): 21,45 Energia (Kcal): 650,40					

Observações

OBSERVAÇÃO: ALIMENTOS E PREPARAÇÕES NÃO PODEM CONTER GLÚTEN/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"> ● CHÁ DE CAMOMILA 190ML ● MAMÃO FATIADO 85G ● BOLO DE ABACAXI E CANELA SEM GLÚTEN E LEITE 50G 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G
INTEGRAL TARDE					<ul style="list-style-type: none"> ● CHÁ DE CAMOMILA 190ML ● BOLO DE ABACAXI E CANELA SEM GLÚTEN E LEITE 50G ● MAMÃO FATIADO 85G 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G

Tabela Nutricional

Cálculo Semanal Proteína (g): 17,34 Lipídios (g): 14,72 Carboidrato (g): 122,69 Cálcio (mg): 101,02 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 82,69 Vitamina C (mg): 91,06 Energia (Kcal): 681,15

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 GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G 	<ul style="list-style-type: none"> ● CHÁ DE CAMOMILA 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E 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 FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G ● MARGARINA SEM LEITE 10G 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E 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 GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO 190ML ● PÃO FATIADO SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G 	<ul style="list-style-type: none"> ● CHÁ DE CAMOMILA 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E 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 FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G ● MARGARINA SEM LEITE 10G 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 15,99 Lipídios (g): 18,62 Carboidrato (g): 114,09 Cálcio (mg): 490,00 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 32,55 Vitamina C (mg): 42,78 Energia (Kcal): 683,88					

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 GLÚTEN E LEITE 50G ● MARGARINA SEM LEITE 10G 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO 190ML ● BISCOITO DOCE SEM GLÚTEN E LEITE 50G ● CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E 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 GLÚTEN, 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 GLÚTEN E LEITE 50G ● MARGARINA SEM LEITE 10G 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E 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 GLÚTEN E LEITE 50G ● MARGARINA SEM LEITE 10G 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO 190ML ● BISCOITO DOCE SEM GLÚTEN E LEITE 50G ● CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● CHÁ DE CAPIM LIMÃO 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E 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 GLÚTEN, 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 GLÚTEN E LEITE 50G ● MARGARINA SEM LEITE 10G 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E 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 GLÚTEN E LEITE 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G 	<ul style="list-style-type: none"> ● PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E 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 GLÚTEN, 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 GLÚTEN E LEITE 50G ● CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO 190ML ● BOLO DE CENOURA SEM GLÚTEN, LEITE E SEM OVOS 50G 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E 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 GLÚTEN E LEITE 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G 	<ul style="list-style-type: none"> ● CHÁ DE CAMOMILA 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E 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 GLÚTEN, 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 GLÚTEN E LEITE 50G ● CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO 190ML ● BOLO DE CENOURA SEM GLÚTEN, LEITE E SEM OVOS 50G 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 18,70 Lipídios (g): 16,90 Carboidrato (g): 123,59 Cálcio (mg): 85,49 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 52,81 Vitamina C (mg): 17,23 Energia (Kcal): 715,52					

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 GLÚTEN E 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 GLÚTEN E LEITE 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 GLÚTEN E LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BOLO DE LARANJA SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E 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 GLÚTEN E LEITE 50G • MARGARINA SEM LEITE 10G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 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 GLÚTEN E LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BOLO DE LARANJA SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 16,27 Lipídios (g): 14,83 Carboidrato (g): 106,32 Cálcio (mg): 70,94 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 6,29 Vitamina C (mg): 23,71 Energia (Kcal): 612,55					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 17,08 Lipídios (g): 16,85 Carboidrato (g): 115,38 Cálcio (mg): 174,52 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 28,96 Vitamina C (mg): 29,87 Energia (Kcal): 675,08					

Observações						
OBSERVAÇÃO: ALIMENTOS E PREPARAÇÕES NÃO PODEM CONTER GLUTÊN/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 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 GLÚTEN E LEITE 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 12,55 Lipídios (g): 4,29 Carboidrato (g): 43,66 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 GLÚTEN E LEITE 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 ● CARNE MOÍDA REFOGADA COM TOMATE 60G ● PONKAN (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE SOJA 180ML ● BOLO DE LARANJA 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 GLÚTEN E LEITE 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 14,09 Lipídios (g): 4,56 Carboidrato (g): 49,01 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 62,36 Vitamina C (mg): 36,63 Energia (Kcal): 290,46					

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 GLÚTEN E LEITE 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 GLÚTEN E LEITE 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 10,90 Lipídios (g): 3,83 Carboidrato (g): 50,22 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"> ● MACARRÃO PARAFUSO AO SUGO 100G ● ISCAS DE CARNE E TOMATE 60G ● 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 GLÚTEN E 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 GLÚTEN E LEITE 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 GLÚTEN E LEITE 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 14,67 Lipídios (g): 4,34 Carboidrato (g): 57,91 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 71,53 Vitamina C (mg): 13,73 Energia (Kcal): 327,26					

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 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 FRANCÊS SEM GLÚTEN E 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 GLÚTEN E LEITE 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 13,12 Lipídios (g): 5,74 Carboidrato (g): 50,83 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 83,39 Vitamina C (mg): 35,75 Energia (Kcal): 302,56					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 13,14 Lipídios (g): 4,59 Carboidrato (g): 51,35 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 61,66 Vitamina C (mg): 49,72 Energia (Kcal): 295,93					

Observações

OBSERVAÇÃO: ALIMENTOS E PREPARAÇÕES NÃO PODEM CONTER GLÚTÊN/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 MANHÃ					<ul style="list-style-type: none"> ● VITAMINA DE BANANA COM LEITE DE SOJA 180ML ● BISCOITO DOCE SEM GLÚTEN E LEITE 50G ● PONKAN (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G
REGULAR TARDE					<ul style="list-style-type: none"> ● VITAMINA DE BANANA COM LEITE DE SOJA 180ML ● BISCOITO DOCE SEM GLÚTEN E LEITE 50G ● PONKAN (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G

Tabela Nutricional

Cálculo Semanal	Proteína (g): 21,67 Lipídios (g): 14,51 Carboidrato (g): 127,24 Cálcio (mg): 98,85 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 11,47 Vitamina C (mg): 64,43 Energia (Kcal): 716,12
-----------------	---

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 MANHÃ	<ul style="list-style-type: none"> ● PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G ● CHÁ DE CAPIM LIMÃO 190ML ● BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G ● CHÁ DE CAPIM LIMÃO 190ML ● BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G ● CHÁ DE CAPIM LIMÃO 190ML ● BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 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 GLÚTEN E 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 FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G ● BANANA (1 un / 130G)
REGULAR TARDE	<ul style="list-style-type: none"> ● PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G ● CHÁ DE CAPIM LIMÃO 190ML ● BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G ● CHÁ DE CAPIM LIMÃO 190ML ● BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G ● CHÁ DE CAPIM LIMÃO 190ML ● BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 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 GLÚTEN E 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 FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G ● BANANA (1 un / 130G)
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 GLÚTEN E LEITE 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 GLÚTEN E LEITE 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 GLÚTEN E LEITE 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 GLÚTEN E LEITE 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 GLÚTEN E LEITE 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 GLÚTEN E LEITE 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): 15,37 Lipídios (g): 17,04 Carboidrato (g): 134,96 Cálcio (mg): 72,36 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 16,60 Vitamina C (mg): 49,06 Energia (Kcal): 725,92					

Observações						
OBSERVAÇÃO: ALIMENTOS E PREPARAÇÕES NÃO PODEM CONTER GLUTÊN/TRAÇOS DE GLUTÊN. 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 MANHÃ					<ul style="list-style-type: none"> ● BANANA (1 un / 130G) ● RISOTO DE CARNE E BRÓCOLIS G/NOT 300G 	<ul style="list-style-type: none"> ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G ● LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE G/NOT 75G
REGULAR TARDE					<ul style="list-style-type: none"> ● BANANA (1 un / 130G) ● RISOTO DE CARNE E BRÓCOLIS G/NOT 300G 	<ul style="list-style-type: none"> ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G ● LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE G/NOT 75G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 29,65 Lipídios (g): 10,82 Carboidrato (g): 143,83 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 282,75 Vitamina C (mg): 38,17 Energia (Kcal): 784,43					

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 G/NOT 160G • ISCAS DE FRANGO E CENOURA G/NOT 70G • CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE MARACUJÁ 200ML • PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS G/NOT 75G • FRANGO REFOGADO PARA PÃO G/NOT 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • SOPA DE BATATA COM CARNE, CENOURA E MACARRÃO SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA G/NOT 300G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ G/NOT 180G • CARNE MOÍDA REFOGADA COM TOMATE G/NOT 120G • PONKAN (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE SOJA 180ML • BOLO DE LARANJA SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA G/NOT 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE G/NOT 75G
REGULAR TARDE	<ul style="list-style-type: none"> • PURÊ DE BATATA SEM LEITE G/NOT 160G • ISCAS DE FRANGO E CENOURA G/NOT 70G • CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE MARACUJÁ 200ML • PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS G/NOT 75G • FRANGO REFOGADO PARA PÃO G/NOT 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • SOPA DE BATATA COM CARNE, CENOURA E MACARRÃO SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA G/NOT 300G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ G/NOT 180G • CARNE MOÍDA REFOGADA COM TOMATE G/NOT 120G • PONKAN (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE SOJA 180ML • BOLO DE LARANJA SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA G/NOT 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE G/NOT 75G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 43,83 Lipídios (g): 14,55 Carboidrato (g): 141,04 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 185,68 Vitamina C (mg): 109,09 Energia (Kcal): 867,87					

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 GLÚTEN E LEITE G/NOT 75G ● CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G 	<ul style="list-style-type: none"> ● SUCO POLPA DE GOIABA 200ML ● SANDUÍCHE NATURAL SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS G/NOT 150G 	<ul style="list-style-type: none"> ● SOPA DE ARROZ COM FRANGO, BATATA E CENOURA G/NOT 300G ● MELÃO FATIADO 150G 	<ul style="list-style-type: none"> ● MACARRÃO SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA G/NOT 180G ● MOLHO DE CARNE E CHUCHU G/NOT 120G ● LARANJA (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● SAGU DE UVA 150G ● CREME DE LEITE 20G ● 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 GLÚTEN E LEITE G/NOT 75G
REGULAR TARDE	<ul style="list-style-type: none"> ● SUCO POLPA DE ACEROLA 200ML ● PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE G/NOT 75G ● CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G 	<ul style="list-style-type: none"> ● SUCO POLPA DE GOIABA 200ML ● SANDUÍCHE NATURAL SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS G/NOT 150G 	<ul style="list-style-type: none"> ● SOPA DE ARROZ COM FRANGO, BATATA E CENOURA G/NOT 300G ● MELÃO FATIADO 150G 	<ul style="list-style-type: none"> ● MACARRÃO SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA G/NOT 180G ● MOLHO DE CARNE E CHUCHU G/NOT 120G ● LARANJA (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● SAGU DE UVA 150G ● CREME DE LEITE 20G ● 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 GLÚTEN E LEITE G/NOT 75G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 33,84 Lipídios (g): 11,78 Carboidrato (g): 136,93 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 214,38 Vitamina C (mg): 247,11 Energia (Kcal): 785,01					

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 GLÚTEN, LEITE E OVOS G/NOT 75G ● CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G 	<ul style="list-style-type: none"> ● SOPA DE BATATA COM FRANGO, ABOBRINHA, CENOURA E CHUCHU G/NOT 300G ● CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● SUCO POLPA DE MAÇÃ 200ML ● PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE G/NOT 75G ● FRANGO REFOGADO PARA PÃO G/NOT 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 SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA G/NOT 180G ● MOLHO DE CARNE E CENOURA G/NOT 120G ● MELÃO FATIADO 150G 	<ul style="list-style-type: none"> ● REQUEijÃO DE SOJA 15G ● LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE G/NOT 75G
REGULAR TARDE	<ul style="list-style-type: none"> ● SUCO POLPA DE LARANJA 200ML ● PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS G/NOT 75G ● CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G 	<ul style="list-style-type: none"> ● SOPA DE BATATA COM FRANGO, ABOBRINHA, CENOURA E CHUCHU G/NOT 300G ● CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● SUCO POLPA DE MAÇÃ 200ML ● PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE G/NOT 75G ● FRANGO REFOGADO PARA PÃO G/NOT 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 SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA G/NOT 180G ● MOLHO DE CARNE E CENOURA G/NOT 120G ● MELÃO FATIADO 150G 	<ul style="list-style-type: none"> ● REQUEijÃO DE SOJA 15G ● LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE G/NOT 75G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 42,12 Lipídios (g): 11,39 Carboidrato (g): 148,95 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 211,03 Vitamina C (mg): 31,59 Energia (Kcal): 867,48					

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 G/NOT 160G • MOLHO DE FRANGO E BRÓCOLIS G/NOT 120G • LARANJA (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • RISOTO DE CARNE E ABOBRINHA G/NOT 300G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SOPA DE FUBÁ COM CARNE, BATATA, COUVE E ERVILHA G/NOT 300G • CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE UVA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE G/NOT 75G • FRANGO PARA PÃO COM TOMATE G/NOT 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA G/NOT 100G • MAÇÃ (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • REQUEijÃO DE SOJA 15G • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE G/NOT 75G
REGULAR TARDE	<ul style="list-style-type: none"> • PURÊ DE BATATA SEM LEITE G/NOT 160G • MOLHO DE FRANGO E BRÓCOLIS G/NOT 120G • LARANJA (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • RISOTO DE CARNE E ABOBRINHA G/NOT 300G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SOPA DE FUBÁ COM CARNE, BATATA, COUVE E ERVILHA G/NOT 300G • CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE UVA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE G/NOT 75G • FRANGO PARA PÃO COM TOMATE G/NOT 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA G/NOT 100G • MAÇÃ (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • REQUEijÃO DE SOJA 15G • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE G/NOT 75G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 41,05 Lipídios (g): 19,14 Carboidrato (g): 147,03 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 453,41 Vitamina C (mg): 123,91 Energia (Kcal): 913,96					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 39,40 Lipídios (g): 13,95 Carboidrato (g): 143,51 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 267,40 Vitamina C (mg): 121,02 Energia (Kcal): 852,88					

Observações

OBSERVAÇÃO: ALIMENTOS E PREPARAÇÕES NÃO PODEM CONTER GLUTÊN/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"> ● 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 GLÚTEN E LEITE 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G

Tabela Nutricional

Cálculo Semanal Proteína (g): 12,20 Lipídios (g): 4,34 Carboidrato (g): 44,03 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"> ● SUCO POLPA DE MARACUJÁ 200ML ● PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E 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 GLÚTEN E LEITE 50G ● FRANGO PARA PÃO COM TOMATE 60G 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 14,06 Lipídios (g): 3,84 Carboidrato (g): 50,04 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"> ● 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 GLÚTEN E LEITE 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 11,18 Lipídios (g): 5,04 Carboidrato (g): 47,78 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 FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 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 GLÚTEN E LEITE 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 GLÚTEN E LEITE 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 14,49 Lipídios (g): 4,02 Carboidrato (g): 53,62 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 52,13 Vitamina C (mg): 12,66 Energia (Kcal): 306,07					

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 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 GLÚTEN E LEITE 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 GLÚTEN E LEITE 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 12,81 Lipídios (g): 4,45 Carboidrato (g): 48,37 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 1535,37 Vitamina C (mg): 38,36 Energia (Kcal): 280,83					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 13,07 Lipídios (g): 4,34 Carboidrato (g): 49,50 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 394,01 Vitamina C (mg): 27,48 Energia (Kcal): 286,31					

Observações

OBSERVAÇÃO: ALIMENTOS E PREPARAÇÕES NÃO PODEM CONTER GLUTÊN/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"> ● 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 GLÚTEN E LEITE 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G

Tabela Nutricional

Cálculo Semanal Proteína (g): 12,25 Lipídios (g): 4,29 Carboidrato (g): 49,49 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 GLÚTEN E LEITE 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"> ● 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 GLÚTEN E LEITE 50G ● FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 14,06 Lipídios (g): 3,84 Carboidrato (g): 50,04 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"> ● 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 GLÚTEN E LEITE 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 11,18 Lipídios (g): 5,04 Carboidrato (g): 47,78 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 GLÚTEN E 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 ● 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"> ● PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G ● SUCO POLPA DE LARANJA 200ML ● CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 13,72 Lipídios (g): 3,90 Carboidrato (g): 53,84 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 17,51 Vitamina C (mg): 10,34 Energia (Kcal): 302,55					

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 GLÚTEN E LEITE 50G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 14,02 Lipídios (g): 4,58 Carboidrato (g): 50,47 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 1573,73 Vitamina C (mg): 27,41 Energia (Kcal): 295,09					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 13,17 Lipídios (g): 4,33 Carboidrato (g): 50,45 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 389,80 Vitamina C (mg): 23,15 Energia (Kcal): 290,24					

Observações

OBSERVAÇÃO: ALIMENTOS E PREPARAÇÕES NÃO PODEM CONTER GLUTÊN/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"> ● 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 GLÚTEN E LEITE 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G

Tabela Nutricional

Cálculo Semanal Proteína (g): 10,63 Lipídios (g): 6,15 Carboidrato (g): 64,61 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 GLÚTEN E LEITE 50G ● FRANGO PARA PÃO COM TOMATE 60G 	<ul style="list-style-type: none"> ● SAGU DE UVA 150G ● CAQUI (1 un / 120G) ● CREME DE LEITE DE SOJA 20G 	<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 GLÚTEN E LEITE 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 GLÚTEN E LEITE 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 14,06 Lipídios (g): 3,84 Carboidrato (g): 50,04 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 GLÚTEN E LEITE 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 11,18 Lipídios (g): 5,04 Carboidrato (g): 47,78 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 GLÚTEN E 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 150G ● BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● SUCO POLPA DE LARANJA 200ML ● PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 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 GLÚTEN E LEITE 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 13,88 Lipídios (g): 3,90 Carboidrato (g): 53,63 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 52,42 Vitamina C (mg): 12,60 Energia (Kcal): 302,30					

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 GLÚTEN E LEITE 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 GLÚTEN E LEITE 50G ● REQUEIJÃO DE SOJA 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 12,85 Lipídios (g): 4,43 Carboidrato (g): 49,18 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 1570,61 Vitamina C (mg): 32,07 Energia (Kcal): 283,71					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 12,81 Lipídios (g): 4,44 Carboidrato (g): 51,27 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 732,97 Vitamina C (mg): 23,31 Energia (Kcal): 292,94					