

Observações						
Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 28/07	Terça-Feira, 29/07	Quarta-Feira, 30/07	Quinta-Feira, 31/07	Sexta-Feira, 01/08	Sábado, 02/08
REGULAR MANHÃ					<ul style="list-style-type: none"> • RISOTO DE CARNE E BRÓCOLIS 150G • MANGA PICADA 100G 	• REQUEIJÃO DE SOJA 15G <ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G
REGULAR TARDE					<ul style="list-style-type: none"> • RISOTO DE CARNE E BRÓCOLIS 150G • MANGA PICADA 100G 	• REQUEIJÃO DE SOJA 15G <ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 24,56 Lipídios (g): 8,89 Carboidrato (g): 93,89 Cálcio (mg): 89,78 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 268,79 Vitamina C (mg): 26,36 Energia (Kcal): 550,12					

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"> • ARROZ 100G • ISCAS DE CARNE E TOMATE 60G • PONKAN (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G <ul style="list-style-type: none"> • 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 <ul style="list-style-type: none"> • CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE SOJA 180ML • BOLO DE LARANJA SEM LEITE E OVOS 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • PURÊ DE BATATA SEM LEITE 80G • ISCAS DE FRANGO E CENOURA 60G • MANGA PICADA 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G
REGULAR TARDE	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 100G • ISCAS DE CARNE E TOMATE 60G • PONKAN (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G <ul style="list-style-type: none"> • 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 <ul style="list-style-type: none"> • CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE SOJA 180ML • BOLO DE LARANJA SEM LEITE E OVOS 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • PURÊ DE BATATA SEM LEITE 80G • ISCAS DE FRANGO E CENOURA 60G • MANGA PICADA 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 28,64 Lipídios (g): 9,14 Carboidrato (g): 93,90 Cálcio (mg): 60,98 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 163,27 Vitamina C (mg): 62,84 Energia (Kcal): 569,28					

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 • MANGA PICADA 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"> • SUCO POLPA DE ACEROLA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • MELÃO FATIADO 150G • SOPA DE ARROZ COM FRANGO, BATATA E CENOURA 150G 	<ul style="list-style-type: none"> • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G
REGULAR TARDE	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE GOIABA 200ML • SANDUÍCHE NATURAL SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • SAGU DE UVA 150G • CREME DE LEITE DE SOJA 20G • MANGA PICADA 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"> • SUCO POLPA DE ACEROLA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • MELÃO FATIADO 150G • SOPA DE ARROZ COM FRANGO, BATATA E CENOURA 150G 	<ul style="list-style-type: none"> • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 21,91 Lipídios (g): 7,70 Carboidrato (g): 95,46 Cálcio (mg): 48,94 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 208,55 Vitamina C (mg): 242,88 Energia (Kcal): 532,32					

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 • MANGA PICADA 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE LARANJA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G <ul style="list-style-type: none"> • 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 <ul style="list-style-type: none"> • CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • ISCAS DE CARNE E TOMATE 60G • MELÃO FATIADO 150G • MACARRÃO SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA AO SUGO 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE MAÇÃ 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G <ul style="list-style-type: none"> • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G
REGULAR TARDE	<ul style="list-style-type: none"> • SOPA DE BATATA COM FRANGO, ABOBRINHA, CENOURA E CHUCHU 150G • MANGA PICADA 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE LARANJA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G <ul style="list-style-type: none"> • 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 <ul style="list-style-type: none"> • CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • ISCAS DE CARNE E TOMATE 60G • MELÃO FATIADO 150G • MACARRÃO SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA AO SUGO 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE MAÇÃ 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G <ul style="list-style-type: none"> • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 29,44 Lipídios (g): 8,54 Carboidrato (g): 110,75 Cálcio (mg): 461,75 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 182,33 Vitamina C (mg): 28,52 Energia (Kcal): 634,01					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 25/08	Terça-Feira, 26/08	Quarta-Feira, 27/08	Quinta-Feira, 28/08	Sexta-Feira, 29/08	Sábado, 30/08
REGULAR MANHÃ	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE UVA 200ML • PÃO DE AVEIA SEM LEITE E OVOS 50G • FRANGO PARA PÃO COM TOMATE 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • MANGA PICADA 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • RISOTO DE CARNE E ABOBRINHA 150G • LARANJA (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • PURÊ DE BATATA SEM LEITE 80G • MOLHO DE FRANGO E VAGEM 50G • PONKAN (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SOPA DE FUBÁ COM CARNE, BATATA, COUVE E ERVILHA 150G • CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G
REGULAR TARDE	<ul style="list-style-type: none"> • PÃO DE AVEIA SEM LEITE E OVOS 50G • FRANGO PARA PÃO COM TOMATE 60G • SUCO POLPA DE UVA 200ML 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • MANGA PICADA 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • RISOTO DE CARNE E ABOBRINHA 150G • LARANJA (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • PURÊ DE BATATA SEM LEITE 80G • MOLHO DE FRANGO E VAGEM 50G • PONKAN (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SOPA DE FUBÁ COM CARNE, BATATA, COUVE E ERVILHA 150G • CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 26,13 Lipídios (g): 12,04 Carboidrato (g): 98,34 Cálcio (mg): 71,47 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 206,63 Vitamina C (mg): 91,82 Energia (Kcal): 597,35					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 26,38 Lipídios (g): 9,32 Carboidrato (g): 99,17 Cálcio (mg): 155,32 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 196,24 Vitamina C (mg): 100,35 Energia (Kcal): 580,69					