

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					• RISOTO DE CARNE E BRÓCOLIS 150G • BANANA (1 un / 130G)	• PÃO FENIL 50G • DOCE DE FRUTA 20G • SUCO POLPA DE MANGA 200ML
REGULAR TARDE					• RISOTO DE CARNE E BRÓCOLIS 150G • BANANA (1 un / 130G)	• PÃO FENIL 50G • DOCE DE FRUTA 20G • SUCO POLPA DE MANGA 200ML
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 16,32 Lipídios (g): 13,82 Carboidrato (g): 113,36 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 153,87 Vitamina C (mg): 81,37 Energia (Kcal): 621,83					

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	• ARROZ 100G • ISCAS DE CARNE E TOMATE 60G • PONKAN (1 un / 120G)	• PÃO FENIL 50G • SUCO POLPA DE LARANJA 200ML • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G	• SOPA DE BATATA COM CARNE, CENOURA E MACARRÃO SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA 150G • CAQUI (1 un / 120G)	• SUCO POLPA DE MORANGO 200ML • BOLO DE LARANJA SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G	• PURÊ DE BATATA SEM LEITE 80G • ISCAS DE FRANGO E CENOURA 60G • BANANA (1 un / 130G)	• PÃO FENIL 50G • DOCE DE FRUTA 20G • SUCO POLPA DE MANGA 200ML
REGULAR TARDE	• ARROZ 100G • ISCAS DE CARNE E TOMATE 60G • PONKAN (1 un / 120G)	• PÃO FENIL 50G • SUCO POLPA DE LARANJA 200ML • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G	• SOPA DE BATATA COM CARNE, CENOURA E MACARRÃO SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA 150G • CAQUI (1 un / 120G)	• SUCO POLPA DE MORANGO 200ML • BOLO DE LARANJA SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G	• PURÊ DE BATATA SEM LEITE 80G • ISCAS DE FRANGO E CENOURA 60G • BANANA (1 un / 130G)	• PÃO FENIL 50G • DOCE DE FRUTA 20G • SUCO POLPA DE MANGA 200ML
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 22,52 Lipídios (g): 12,52 Carboidrato (g): 97,87 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 99,29 Vitamina C (mg): 97,31 Energia (Kcal): 583,71					

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	• SUCO POLPA DE GOIABA 200ML • PÃO FENIL 50G • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G	• SAGU DE UVA 150G • BANANA (1 un / 130G)	• MACARRÃO SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA 100G • MOLHO DE CARNE E CHUCHU 50G • LARANJA (1 un / 100G)	• SUCO POLPA DE ACEROLA 200ML • PÃO FENIL 50G • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G	• SOPA DE ARROZ COM FRANGO, BATATA E CENOURA 150G • MELÃO FATIADO 150G	• PÃO FENIL 50G • DOCE DE FRUTA 20G • SUCO POLPA DE MANGA 200ML
REGULAR TARDE	• SUCO POLPA DE GOIABA 200ML • PÃO FENIL 50G • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G	• SAGU DE UVA 150G • BANANA (1 un / 130G)	• MACARRÃO SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA 100G • MOLHO DE CARNE E CHUCHU 50G • LARANJA (1 un / 100G)	• SUCO POLPA DE ACEROLA 200ML • PÃO FENIL 50G • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G	• SOPA DE ARROZ COM FRANGO, BATATA E CENOURA 150G • MELÃO FATIADO 150G	• PÃO FENIL 50G • DOCE DE FRUTA 20G • SUCO POLPA DE MANGA 200ML
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 21,59 Lipídios (g): 14,55 Carboidrato (g): 92,41 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 164,89 Vitamina C (mg): 273,33 Energia (Kcal): 572,24					

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	• SOPA DE BATATA COM FRANGO, ABOBRINHA, CENOURA E CHUCHU 150G • BANANA (1 un / 130G)	• SUCO POLPA DE LARANJA 200ML • PÃO FENIL 50G • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G	• VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE ARROZ 180ML • FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • CAQUI (1 un / 120G)	• MELÃO FATIADO 150G • MACARRÃO SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA AO SUGO 100G • ISCAS DE CARNE E TOMATE 60G	• SUCO POLPA DE MAÇÃ 200ML • PÃO FENIL 50G • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G	• PÃO FENIL 50G • DOCE DE FRUTA 20G • SUCO POLPA DE MANGA 200ML
REGULAR TARDE	• SOPA DE BATATA COM FRANGO, ABOBRINHA, CENOURA E CHUCHU 150G • BANANA (1 un / 130G)	• SUCO POLPA DE LARANJA 200ML • PÃO FENIL 50G • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G	• VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE ARROZ 180ML • FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • CAQUI (1 un / 120G)	• MELÃO FATIADO 150G • MACARRÃO SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA AO SUGO 100G • ISCAS DE CARNE E TOMATE 60G	• SUCO POLPA DE MAÇÃ 200ML • PÃO FENIL 50G • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G	• PÃO FENIL 50G • DOCE DE FRUTA 20G • SUCO POLPA DE MANGA 200ML
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 24,67 Lipídios (g): 15,65 Carboidrato (g): 116,36 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 144,78 Vitamina C (mg): 60,31 Energia (Kcal): 689,73					

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
REGULAR MANHÃ	• SUCO POLPA DE UVA 200ML • FRANGO PARA PÃO COM TOMATE 60G • PÃO FENIL 50G	• SUCO POLPA DE MAÇÃ 200ML • BOLO DE COCO SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • BANANA (1 un / 130G)	• RISOTO DE CARNE E ABOBRINHA 150G • LARANJA (1 un / 100G)	• PURÊ DE BATATA SEM LEITE 80G • MOLHO DE FRANGO E VAGEM 50G • PONKAN (1 un / 120G)	• SOPA DE FUBÁ COM CARNE, BATATA, COUVE E ERVILHA 150G • CAQUI (1 un / 120G)	• PÃO FENIL 50G • DOCE DE FRUTA 20G • SUCO POLPA DE MANGA 200ML
REGULAR TARDE	• PÃO FENIL 50G • FRANGO PARA PÃO COM TOMATE 60G • SUCO POLPA DE UVA 200ML	• SUCO POLPA DE MAÇÃ 200ML • BOLO DE COCO SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • BANANA (1 un / 130G)	• RISOTO DE CARNE E ABOBRINHA 150G • LARANJA (1 un / 100G)	• PURÊ DE BATATA SEM LEITE 80G • MOLHO DE FRANGO E VAGEM 50G • PONKAN (1 un / 120G)	• SOPA DE FUBÁ COM CARNE, BATATA, COUVE E ERVILHA 150G • CAQUI (1 un / 120G)	• PÃO FENIL 50G • DOCE DE FRUTA 20G • SUCO POLPA DE MANGA 200ML
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 22,02 Lipídios (g): 15,61 Carboidrato (g): 104,71 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 168,65 Vitamina C (mg): 104,56 Energia (Kcal): 631,22					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 22,21 Lipídios (g): 14,52 Carboidrato (g): 103,65 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 145,13 Vitamina C (mg): 129,84 Energia (Kcal): 619,42					