

| Observações                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                             |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| OBSERVAÇÃO: O CÁLCULO DE CAR (CARBOIDRATO) POR ALIMENTO FOI FEITO COM BASE NA TABELA DE COMPOSIÇÃO DE ALIMENTOS (TACO). |                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                             |
| Tipo de Refeição                                                                                                        | Segunda-Feira, 01/12                                                                                                                                                                                  | Terça-Feira, 02/12                                                                                                                                                                                                             | Quarta-Feira, 03/12                                                                                                                                                                                      | Quinta-Feira, 04/12                                                                                                                                      | Sexta-Feira, 05/12                                                                                                                                                                                           | Sábado, 06/12                                                                                                                                               |
| REGULAR TARDE                                                                                                           | <ul style="list-style-type: none"> <li>● MACARRÃO PARAFUSO INTEGRAL 100G<br/>CAR 30,01</li> <li>● MOLHO DE CARNE COM VAGEM 50G<br/>CAR 1,91</li> <li>● MELANCIA FATIADA 150G<br/>CAR 14,00</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>● IOGURTE DE MORANGO DIET 180G<br/>CAR 14,67</li> <li>● FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G<br/>CAR 43,33</li> <li>● BANANA (1 un / 130G)<br/>CAR 31,01</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>● SUCO POLPA DE GOIABA DIET 200ML<br/>CAR 17,56</li> <li>● PÃO DE AVEIA (1 un / 50G)<br/>CAR 29,79</li> <li>● ISCAS DE CARNE E TOMATE 60G<br/>CAR 1,35</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>● RISOTO INTEGRAL DE FRANGO E BRÓCOLIS 150G<br/>CAR 25,42</li> <li>● PÊSSEGO (1 un / 80G)<br/>CAR 7,46</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>● SUCO POLPA DE MANGA DIET 200ML<br/>CAR 12,78</li> <li>● PÃO DE CENTEIO (1 un / 50G)<br/>CAR 24,15</li> <li>● FRANGO PARA PÃO COM TOMATE 60G<br/>CAR 1,42</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>● SUCO POLPA DE ABACAXI DIET 200ML<br/>CAR 8,06</li> <li>● BOLO DE BANANA E CANELA DIET 50G<br/>CAR 34,24</li> </ul> |
| Tabela Nutricional                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                             |
| Cálculo Semanal                                                                                                         | Proteína (g): 15,14 Lipídios (g): 4,96 Carboidrato (g): 49,53 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 39,72 Vitamina C (mg): 10,71 Energia (Kcal): 295,43                                                    |                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                             |

| Tipo de Refeição   | Segunda-Feira, 08/12                                                                                                                                                           | Terça-Feira, 09/12                                                                                                                                                                        | Quarta-Feira, 10/12                                                                                                                                                                   | Quinta-Feira, 11/12                                                                                                                                                                                           | Sexta-Feira, 12/12                                                                                                                                                                                                                   | Sábado, 13/12                                                                                                                                               |
|--------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| REGULAR TARDE      | <ul style="list-style-type: none"> <li>• POLENTA 100G<br/>CAR 25,63</li> <li>• MOLHO DE CARNE E CHUCHU 50G<br/>CAR 1,37</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)<br/>CAR 15,15</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ INTEGRAL 100G<br/>CAR 32,88</li> <li>• ISCAS DE CARNE E CENOURA 60G<br/>CAR 1,82</li> <li>• MELANCIA FATIADA 150G<br/>CAR 14,00</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SAGU DE UVA DIET 150G<br/>CAR 19,64</li> <li>• CREME DE LEITE DIET 20G<br/>CAR 5,93</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)<br/>CAR 31,01</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE ABACAXI DIET 200ML<br/>CAR 8,06</li> <li>• PÃO DE CENTEIO (1 un / 50G)<br/>CAR 24,15</li> <li>• FRANGO PARA PÃO COM TOMATE 60G<br/>CAR 1,42</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE MANGA DIET 200ML<br/>CAR 12,78</li> <li>• PÃO DE AVEIA (1 un / 50G)<br/>CAR 29,79</li> <li>• CACHORRO QUENTE (MOLHO 20ML E SALSICHA 50G) (1 un / 70G)<br/>CAR 2,19</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE ABACAXI DIET 200ML<br/>CAR 8,06</li> <li>• BOLO DE BANANA E CANELA DIET 50G<br/>CAR 34,24</li> </ul> |
| Tabela Nutricional |                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                             |
| Cálculo Semanal    | Proteína (g): 13,22 Lipídios (g): 6,97 Carboidrato (g): 44,69 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 50,05 Vitamina C (mg): 10,66 Energia (Kcal): 288,98                             |                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                             |

| Tipo de Refeição   | Segunda-Feira, 15/12                                                                                                                                 | Terça-Feira, 16/12                                                                                                                                                                      | Quarta-Feira, 17/12                                                                                                       | Quinta-Feira, 18/12                                                                                                                                                                          | Sexta-Feira, 19/12 | Sábado, 20/12   |
|--------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|-----------------|
| REGULAR TARDE      | <ul style="list-style-type: none"> <li>● SUCO POLPA DE ABACAXI DIET 200ML CAR 8,06</li> <li>● SANDUÍCHE NATURAL 100G CAR 25,50</li> </ul>            | <ul style="list-style-type: none"> <li>● MACARRÃO PARAFUSO INTEGRAL 100G CAR 30,01</li> <li>● CARNE MOÍDA COM CENOURA 60G CAR 1,45</li> <li>● LARANJA (1 un / 100G) CAR 8,95</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>● CANJICA DIET 200G CAR 39,81</li> <li>● BANANA (1 un / 130G) CAR 31,01</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>● SUCO POLPA DE ABACAXI DIET 200ML CAR 8,06</li> <li>● PÃO DE AVEIA (1 un / 50G) CAR 29,79</li> <li>● ISCAS DE CARNE E TOMATE 60G CAR 1,35</li> </ul> | RECESSO ESCOLAR    | RECESSO ESCOLAR |
| Tabela Nutricional |                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                              |                    |                 |
| Cálculo Semanal    | Proteína (g): 15,25 Lipídios (g): 6,71 Carboidrato (g): 46,00 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 2244,46 Vitamina C (mg): 18,17 Energia (Kcal): 299,62 |                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                              |                    |                 |
| Cálculo Mensal     | Proteína (g): 14,45 Lipídios (g): 6,15 Carboidrato (g): 46,83 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 594,78 Vitamina C (mg): 12,56 Energia (Kcal): 294,06  |                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                              |                    |                 |