

Observações						
OBSERVAÇÃO: ENVIAR TODOS OS ALIMENTOS SEPARADOS, INCLUSIVE OS RECHEIOS DOS PÃES.						
Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 31/08	Terça-Feira, 01/09	Quarta-Feira, 02/09	Quinta-Feira, 03/09	Sexta-Feira, 04/09	Sábado, 05/09
REGULAR MANHÃ		• SUCO POLPA DE MORANGO DIET 200ML • PÃO DE LEITE (1 un / 50G) • CARNE MOÍDA REFOGADA 60G	• MACARRÃO PARAFUSO 100G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50G • BANANA (1 un / 130G)	• VITAMINA DE MORANGO DIET 180ML • BOLO DE CHOCOLATE DIET 50G	• ARROZ 100G • ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 50G • LARANJA (1 un / 100G)	• LEITE 190ML • BOLO DE CHOCOLATE DIET 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 18,77 Lipídios (g): 9,88 Carboidrato (g): 45,53 Energia (Kcal): 345,38					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 07/09	Terça-Feira, 08/09	Quarta-Feira, 09/09	Quinta-Feira, 10/09	Sexta-Feira, 11/09	Sábado, 12/09
REGULAR MANHÃ	FERIADO - INDEPENDÊNCIA DO BRASIL	FERIADO - NOSSA SENHORA DA LUZ DOS PINHAIS	• MACARRÃO PARAFUSO 100G • CARNE MOÍDA REFOGADA 60G • LARANJA (1 un / 100G)	• SUCO POLPA DE MARACUJÁ DIET 200ML • BOLO DE CHOCOLATE DIET 50G	• SUCO POLPA DE MORANGO DIET 200ML • PÃO DE LEITE FATIADO 50G • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G • ALFACE CRESPA (FOLHA) 10G	• LEITE 190ML • BOLO DE CHOCOLATE DIET 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 15,95 Lipídios (g): 9,33 Carboidrato (g): 43,35 Energia (Kcal): 320,17					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 14/09	Terça-Feira, 15/09	Quarta-Feira, 16/09	Quinta-Feira, 17/09	Sexta-Feira, 18/09	Sábado, 19/09
REGULAR MANHÃ	● ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 50G ● LARANJA (1 un / 100G) ● ARROZ 100G	● SUCO POLPA DE MARACUJÁ DIET 200ML ● PÃO DE LEITE (1 un / 50G) ● FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G	● MACARRÃO PARAFUSO 100G ● CARNE MOÍDA REFOGADA 60G ● BANANA (1 un / 130G)	● SUCO POLPA DE ABACAXI DIET 200ML ● PÃO DE LEITE (1 un / 50G) ● HAMBÚRGUER BOVINO ASSADO (1 un / 42G) ● QUEIJO (10) (1 un / 10G) ● ALFACE CRESPA (FOLHA) 10G	● SUCO POLPA DE UVA DIET 200ML ● MAÇÃ (1 un / 100G) ● BOLO DE CHOCOLATE DIET 50G	● LEITE 190ML ● BOLO DE CHOCOLATE DIET 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 17,05 Lipídios (g): 8,81 Carboidrato (g): 46,32 Energia (Kcal): 331,12					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 21/09	Terça-Feira, 22/09	Quarta-Feira, 23/09	Quinta-Feira, 24/09	Sexta-Feira, 25/09	Sábado, 26/09
REGULAR MANHÃ	• SUCO POLPA DE MORANGO DIET 200ML • PÃO DE LEITE FATIADO 50G • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G • ALFACE CRESPA (FOLHA) 10G	• MACARRÃO PARAFUSO 100G • ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 50G • BANANA (1 un / 130G)	• SUCO POLPA DE MORANGO DIET 200ML • PÃO FRANCÊS 50G • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G	• ARROZ 100G • CARNE MOÍDA REFOGADA 60G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• IOGURTE DE MORANGO DIET 180G • FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • BANANA (1 un / 130G)	• LEITE 190ML • BOLO DE CHOCOLATE DIET 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 17,87 Lipídios (g): 6,00 Carboidrato (g): 50,72 Energia (Kcal): 326,09					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 28/09	Terça-Feira, 29/09	Quarta-Feira, 30/09	Quinta-Feira, 01/10	Sexta-Feira, 02/10	Sábado, 03/10
REGULAR MANHÃ	• SUCO POLPA DE MARACUJÁ DIET 200ML • PÃO DE LEITE (1 un / 50G) • HAMBÚRGUER BOVINO ASSADO (1 un / 42G) • QUEIJO (10) (1 un / 10G) • TOMATE (RODELA) 15G	• MACARRÃO PARAFUSO 100G • ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 50G • BANANA (1 un / 130G)	• SUCO POLPA DE UVA DIET 200ML • BOLO DE CHOCOLATE DIET 50G • MAÇÃ (1 un / 100G)			
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 16,62 Lipídios (g): 8,74 Carboidrato (g): 54,26 Energia (Kcal): 358,19					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 17,38 Lipídios (g): 8,41 Carboidrato (g): 47,75 Energia (Kcal): 334,39					