

Observações						
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 MANHÃ	• SUCO POLPA DE UVA 200ML • PÃO DE LEITE (1 un / 50G) • CARNE MOÍDA DE SOJA REFOGADA COM TOMATE 60G	• IOGURTE DE MORANGO 180G • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 50G • BANANA (1 un / 130G)	• RISOTO DE CARNE DE SOJA E BRÓCOLIS 150G • PÊSSEGO (1 un / 80G)	• SUCO POLPA DE MARACUJÁ 200ML • SANDUÍCHE NATURAL VEGETARIANO 100G	• MACARRÃO PARAFUSO 100G • BOLINHO DE CARNE DE SOJA AO SUGO 70G • MELANCIA FATIADA 150G	• SUCO POLPA DE ABACAXI 200ML • BOLO DE BANANA E CANELA 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 14,02 Lipídios (g): 5,38 Carboidrato (g): 64,13 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 60,37 Vitamina C (mg): 8,60 Energia (Kcal): 355,69					

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 MANHÃ	• SUCO POLPA DE MANGA 200ML • PÃO DE LEITE (1 un / 50G) • CACHORRO QUENTE (MOLHO 20 ML E SALSICHA DE SOJA 45 G) 65G	• ARROZ 100G • CARNE MOÍDA DE SOJA E CENOURA REFOGADA 60G • PÊSSEGO (1 un / 80G)	• SUCO POLPA DE ACEROLA 200ML • PÃO DE MILHO (1 un / 50G) • CARNE MOÍDA DE SOJA REFOGADA COM TOMATE 60G	• POLENTA 100G • BOLINHO DE CARNE DE SOJA AO SUGO 70G • MELANCIA FATIADA 150G	• SAGU DE UVA 150G • CREME DE LEITE 20G • BANANA (1 un / 130G)	• SUCO POLPA DE ABACAXI 200ML • BOLO DE BANANA E CANELA 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 14,67 Lipídios (g): 4,94 Carboidrato (g): 59,01 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 74,42 Vitamina C (mg): 114,30 Energia (Kcal): 331,85					

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 MANHÃ	• MACARRÃO PARAFUSO COLORIDO 100G • CARNE MOÍDA DE SOJA E CENOURA REFOGADA 60G • LARANJA (1 un / 100G)	• SUCO POLPA DE TANGERINA 200ML • PÃO DE BATATA (1 un / 50G) • CARNE MOÍDA DE SOJA REFOGADA COM TOMATE 60G	• CANJICA 200G • BANANA (1 un / 130G)	• SUCO POLPA DE ABACAXI 200ML • PÃO DE AVEIA (1 un / 50G) • CARNE MOÍDA DE SOJA REFOGADA COM TOMATE 60G	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 20,02 Lipídios (g): 5,02 Carboidrato (g): 67,95 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 2232,42 Vitamina C (mg): 16,76 Energia (Kcal): 384,37					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 15,76 Lipídios (g): 5,12 Carboidrato (g): 63,17 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 608,65 Vitamina C (mg): 50,28 Energia (Kcal): 353,92					