

Observações						
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 TARDE		• SUCO POLPA DE UVA DIET 200ML CAR 15,26 • PÃO DE CENTEIO (1 un / 50G) CAR 24,15 • CARNE MOÍDA REFOGADA COM TOMATE (DIETA) 60G CAR 1,00	• POLENTA (DIETA) 100G CAR 25,63 • MOLHO DE CARNE E CHUCHU (DIETA) 50G CAR 1,37 • BANANA (1 un / 130G) CAR 18,64	• VITAMINA DE MORANGO DIET COM LEITE DESNATADO 180ML CAR 16,35 • CHINEQUE DE UVA DIET 60G CAR 34,02	• ARROZ INTEGRAL (DIETA) 100G CAR 32,88 • ISCAS DE FRANGO E CENOURA (DIETA) 60G CAR 1,99 • LARANJA (1 un / 100G) CAR 5,93	• LEITE DESNATADO 190ML CAR 11,67 • BOLO DE CHOCOLATE DIET 50G CAR 33,46
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 14,81 Lipídios (g): 5,66 Carboidrato (g): 44,47 Energia (Kcal): 283,11					

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 TARDE	FERIADO - INDEPENDÊNCIA DO BRASIL	FERIADO - NOSSA SENHORA DA LUZ DOS PINHAIS	• MACARRÃO PARAFUSO INTEGRAL (DIETA) 100G CAR 30,01 • BOLINHO DE CARNE AO SUGO (DIETA) 70G CAR 4,02 • LARANJA (1 un / 100G) CAR 5,93	• SUCO POLPA DE MARACUJÁ DIET 200ML CAR 9,86 • BOLO DE CHOCOLATE DIET 50G CAR 33,46	• SUCO POLPA DE GOIABA DIET 200ML CAR 17,56 • PÃO INTEGRAL FATIADO 50G CAR 24,97 • PATÊ DE FRANGO COM REQUEIJÃO LIGHT 30G CAR 0,86 • ALFACE CRESPA (FOLHA) 10G CAR 0,23	• LEITE DESNATADO 190ML CAR 11,67 • BOLO DE CHOCOLATE DIET 50G CAR 33,46
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 13,70 Lipídios (g): 8,25 Carboidrato (g): 43,01 Energia (Kcal): 293,23					

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 TARDE	● ISCAS DE FRANGO REFOGADAS (DIETA) 50G CAR 1,01 ● LARANJA (1 un / 100G) CAR 5,93 ● ARROZ INTEGRAL (DIETA) 100G CAR 32,88	● SUCO POLPA DE MANGA DIET 200ML CAR 12,78 ● PÃO DE AVEIA (1 un / 50G) CAR 29,79 ● FRANGO PARA PÃO COM TOMATE (DIETA) 60G CAR 1,42	● MACARRÃO PARAFUSO INTEGRAL (DIETA) 100G CAR 30,01 ● CARNE MOÍDA REFOGADA COM TOMATE (DIETA) 60G CAR 1,00 ● MELÃO FATIADO 150G CAR 10,06	● SUCO POLPA DE ABACAXI DIET 200ML CAR 8,06 ● PÃO DE AVEIA (1 un / 50G) CAR 29,79 ● CARNE MOÍDA REFOGADA (DIETA) 60G CAR 0,92 ● QUEIJO (10) (1 un / 10G) CAR 0,31 ● ALFACE CRESPA (FOLHA) 10G CAR 0,23	● CANJICA DIET COM LEITE DESNATADO 200G CAR 43,13 ● MAÇÃ (1 un / 100G) CAR 12,06	● LEITE DESNATADO 190ML CAR 11,67 ● BOLO DE CHOCOLATE DIET 50G CAR 33,46
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 18,50 Lipídios (g): 6,19 Carboidrato (g): 44,08 Energia (Kcal): 302,64					

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 TARDE	• SUCO POLPA DE UVA DIET 200ML CAR 15,26 • PÃO INTEGRAL FATIADO 50G CAR 24,97 • PATÊ DE FRANGO COM REQUEijÃO LIGHT 30G CAR 0,86 • ALFACE CRESPA (FOLHA) 10G CAR 0,23	• POLENTA (DIETA) 100G CAR 25,63 • MOLHO DE FRANGO E CENOURA (DIETA) 50G CAR 2,02 • MELÃO FATIADO 150G CAR 10,06	• SUCO POLPA DE GOIABA DIET 200ML CAR 17,56 • PÃO DE AVEIA (1 un / 50G) CAR 29,79 • CARNE MOÍDA REFOGADA (DIETA) 60G CAR 0,92	• ARROZ INTEGRAL (DIETA) 100G CAR 32,88 • BOLINHO DE CARNE AO SUGO (DIETA) 70G CAR 4,02 • MAÇÃ (1 un / 100G) CAR 12,06	• IOGURTE DE MORANGO DESNATADO DIET 180G CAR 16,02 • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 50G CAR 43,50 • BANANA (1 un / 130G) CAR 18,64	• LEITE DESNATADO 190ML CAR 11,67 • BOLO DE CHOCOLATE DIET 50G CAR 33,46
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 15,15 Lipídios (g): 6,83 Carboidrato (g): 49,93 Energia (Kcal): 301,53					

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 TARDE	• SUCO POLPA DE MARACUJÁ DIET 200ML CAR 9,86 • PÃO DE AVEIA (1 un / 50G) CAR 29,79 • CARNE MOÍDA REFOGADA (DIETA) 60G CAR 0,92 • QUEIJO (10) (1 un / 10G) CAR 0,31 • TOMATE (RODELA) 15G CAR 0,96	• MACARRÃO PARAFUSO INTEGRAL (DIETA) 100G CAR 30,01 • MOLHO DE FRANGO E ABOBRINHA (DIETA) 50G CAR 2,16 • MELÃO FATIADO 150G CAR 10,06	• SAGU DE UVA DIET 150G CAR 19,64 • CREME DE LEITE DESNATADO DIET 20G CAR 8,01 • MAÇÃ (1 un / 100G) CAR 12,06			
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 15,55 Lipídios (g): 3,82 Carboidrato (g): 41,26 Energia (Kcal): 255,69					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 15,72 Lipídios (g): 6,28 Carboidrato (g): 45,09 Energia (Kcal): 290,86					