

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 MANHÃ		• SUCO POLPA DE UVA 180ML • PÃO FENIL 50G • CARNE MOÍDA REFOGADA COM TOMATE 60G	• ARROZ 100G • MOLHO DE CARNE E CHUCHU 50G • BANANA (1 un / 130G)	• SUCO POLPA DE MORANGO 180ML • BOLO DE LARANJA SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G	• ARROZ 100G • ISCAS DE FRANGO E CENOURA 60G • LARANJA (1 un / 100G)	• SUCO POLPA DE LARANJA 180ML • BOLO DE COCO SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 9,66 Lipídios (g): 7,56 Carboidrato (g): 49,60 Energia (Kcal): 304,75					

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 SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA 100G • ISCAS DE CARNE E TOMATE 60G • LARANJA (1 un / 100G)	• SUCO POLPA DE LARANJA 180ML • BOLO DE COCO SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G	• SUCO POLPA DE GOIABA 180ML • PÃO FENIL 50G • FRANGO PARA PÃO COM TOMATE 60G • ALFACE CRESPA (FOLHA) 10G	• SUCO POLPA DE LARANJA 180ML • BOLO DE COCO SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 11,57 Lipídios (g): 11,47 Carboidrato (g): 50,18 Energia (Kcal): 349,72					

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 COM BRÓCOLIS 60G • LARANJA (1 un / 100G) • ARROZ 100G	• SUCO POLPA DE MANGA 180ML • PÃO FENIL 50G • FRANGO PARA PÃO COM TOMATE 60G	• MACARRÃO SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA 100G • CARNE MOÍDA REFOGADA COM TOMATE 60G • MELÃO FATIADO 150G	• SUCO POLPA DE LARANJA 180ML • PÃO FENIL 50G • CARNE MOÍDA REFOGADA 60G • ALFACE CRESPA (FOLHA) 10G	• SAGU DE UVA 150G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• SUCO POLPA DE LARANJA 180ML • BOLO DE COCO SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 12,18 Lipídios (g): 8,05 Carboidrato (g): 44,39 Energia (Kcal): 296,06					

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 UVA 180ML • PÃO FENIL 50G • FRANGO PARA PÃO COM TOMATE 60G • ALFACE CRESPA (FOLHA) 10G	• ARROZ 100G • MOLHO DE FRANGO E CENOURA 50G • MELÃO FATIADO 150G	• SUCO POLPA DE GOIABA 180ML • PÃO FENIL 50G • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G	• ARROZ 100G • ISCAS DE CARNE E TOMATE 60G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE ARROZ 180ML • FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • BANANA (1 un / 130G)	• SUCO POLPA DE LARANJA 180ML • BOLO DE COCO SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 12,85 Lipídios (g): 8,29 Carboidrato (g): 54,16 Energia (Kcal): 340,66					

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 LARANJA 180ML • PÃO FENIL 50G • CARNE MOÍDA REFOGADA 60G • TOMATE (RODELA) 15G	• MACARRÃO SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA 100G • MOLHO DE FRANGO E ABOBRINHA 50G • MELÃO FATIADO 150G	• SAGU DE UVA 150G • CREME DE LEITE DE COCO 20G • MAÇÃ (1 un / 100G)			
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 10,88 Lipídios (g): 6,69 Carboidrato (g): 42,30 Energia (Kcal): 267,38					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 11,56 Lipídios (g): 8,41 Carboidrato (g): 48,62 Energia (Kcal): 314,38					