

| 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      | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE MARACUJÁ DIET 200ML</li> <li>• SANDUÍCHE NATURAL LIGHT 100G</li> </ul>                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>• RISOTO INTEGRAL DE FRANGO E BRÓCOLIS (DIETA) 150G</li> <li>• PÊSSEGO (1 un / 80G)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• MOLHO DE CARNE COM VAGEM (DIETA) 50G</li> <li>• MELANCIA FATIADA 150G</li> <li>• MACARRÃO PARAFUSO INTEGRAL (DIETA) 100G</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE UVA DIET 200ML</li> <li>• PÃO DE AVEIA (1 un / 50G)</li> <li>• ISCAS DE CARNE REFOGADAS (DIETA) 50G</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• IOGURTE DE MORANGO DESNATADO DIET 180G</li> <li>• FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 50G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE ABACAXI DIET 200ML</li> <li>• BOLO DE BANANA E CANELA DIET 50G</li> </ul> |
| REGULAR TARDE      | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE MARACUJÁ DIET 200ML</li> <li>• SANDUÍCHE NATURAL LIGHT 100G</li> </ul>                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>• RISOTO INTEGRAL DE FRANGO E BRÓCOLIS (DIETA) 150G</li> <li>• PÊSSEGO (1 un / 80G)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• MOLHO DE CARNE COM VAGEM (DIETA) 50G</li> <li>• MELANCIA FATIADA 150G</li> <li>• MACARRÃO PARAFUSO INTEGRAL (DIETA) 100G</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE UVA DIET 200ML</li> <li>• PÃO DE AVEIA (1 un / 50G)</li> <li>• ISCAS DE CARNE REFOGADAS (DIETA) 50G</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• IOGURTE DE MORANGO DESNATADO DIET 180G</li> <li>• FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 50G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE ABACAXI DIET 200ML</li> <li>• BOLO DE BANANA E CANELA DIET 50G</li> </ul> |
| Tabela Nutricional |                                                                                                                                                      |                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                  |
| Cálculo Semanal    | Proteína (g): 26,00 Lipídios (g): 12,18 Carboidrato (g): 97,61 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 215,43 Vitamina C (mg): 23,76 Energia (Kcal): 562,18 |                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                  |

| 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      | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE ACEROLA DIET 200ML</li> <li>• PÃO DE CENTEIO (1 un / 50G)</li> <li>• FRANGO PARA PÃO COM TOMATE (DIETA) 60G</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• POLENTA (DIETA) 100G</li> <li>• MOLHO DE CARNE E CHUCHU (DIETA) 50G</li> <li>• PÊSSEGO (1 un / 80G)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ INTEGRAL (DIETA) 100G</li> <li>• ISCAS DE CARNE E CENOURA (DIETA) 60G</li> <li>• MELANCIA FATIADA 150G</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SAGU DE UVA DIET 150G</li> <li>• CREME DE LEITE DESNATADO DIET 20G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE MANGA DIET 200ML</li> <li>• PÃO DE AVEIA (1 un / 50G)</li> <li>• FRANGO REFOGADO PARA PÃO (DIETA) 60G</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE ABACAXI DIET 200ML</li> <li>• BOLO DE BANANA E CANELA DIET 50G</li> </ul> |
| REGULAR TARDE      | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE ACEROLA DIET 200ML</li> <li>• PÃO DE CENTEIO (1 un / 50G)</li> <li>• FRANGO PARA PÃO COM TOMATE (DIETA) 60G</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• POLENTA (DIETA) 100G</li> <li>• MOLHO DE CARNE E CHUCHU (DIETA) 50G</li> <li>• PÊSSEGO (1 un / 80G)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ INTEGRAL (DIETA) 100G</li> <li>• ISCAS DE CARNE E CENOURA (DIETA) 60G</li> <li>• MELANCIA FATIADA 150G</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SAGU DE UVA DIET 150G</li> <li>• CREME DE LEITE DESNATADO DIET 20G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE MANGA DIET 200ML</li> <li>• PÃO DE AVEIA (1 un / 50G)</li> <li>• FRANGO REFOGADO PARA PÃO (DIETA) 60G</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE ABACAXI DIET 200ML</li> <li>• BOLO DE BANANA E CANELA DIET 50G</li> </ul> |
| Tabela Nutricional |                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                  |
| Cálculo Semanal    | Proteína (g): 31,19 Lipídios (g): 9,68 Carboidrato (g): 86,25 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 152,17 Vitamina C (mg): 228,31 Energia (Kcal): 547,04                          |                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                  |

| 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      | <ul style="list-style-type: none"> <li>• CANJICA DIET COM LEITE DESNATADO 200G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>                              | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE ABACAXI DIET 200ML</li> <li>• PÃO DE AVEIA (1 un / 50G)</li> <li>• ISCAS DE CARNE REFOGADAS (DIETA) 50G</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• MACARRÃO PARAFUSO INTEGRAL (DIETA) 100G</li> <li>• CARNE MOÍDA COM CENOURA REFOGADA (DIETA) 60G</li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE TANGERINA DIET 200ML</li> <li>• PÃO DE AVEIA (1 un / 50G)</li> <li>• FRANGO PARA PÃO COM TOMATE (DIETA) 60G</li> </ul> | RECESSO ESCOLAR    | RECESSO ESCOLAR |
| REGULAR TARDE      | <ul style="list-style-type: none"> <li>• CANJICA DIET COM LEITE DESNATADO 200G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>                              | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE ABACAXI DIET 200ML</li> <li>• PÃO DE AVEIA (1 un / 50G)</li> <li>• ISCAS DE CARNE REFOGADAS (DIETA) 50G</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• MACARRÃO PARAFUSO INTEGRAL (DIETA) 100G</li> <li>• CARNE MOÍDA COM CENOURA REFOGADA (DIETA) 60G</li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE TANGERINA DIET 200ML</li> <li>• PÃO DE AVEIA (1 un / 50G)</li> <li>• FRANGO PARA PÃO COM TOMATE (DIETA) 60G</li> </ul> | RECESSO ESCOLAR    | RECESSO ESCOLAR |
| Tabela Nutricional |                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                               |                    |                 |
| Cálculo Semanal    | Proteína (g): 39,00 Lipídios (g): 10,56 Carboidrato (g): 99,26 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 4459,59 Vitamina C (mg): 33,66 Energia (Kcal): 625,83  |                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                               |                    |                 |
| Cálculo Mensal     | Proteína (g): 31,20 Lipídios (g): 10,84 Carboidrato (g): 93,76 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 1252,75 Vitamina C (mg): 102,94 Energia (Kcal): 572,42 |                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                               |                    |                 |