

Observações						
Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 27/10	Terça-Feira, 28/10	Quarta-Feira, 29/10	Quinta-Feira, 30/10	Sexta-Feira, 31/10	Sábado, 01/11
INTEGRAL MANHÃ						<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE MAÇÃ 200ML • PÃO DE AVEIA SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G
INTEGRAL TARDE						<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE MAÇÃ 200ML • PÃO DE AVEIA SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 8,86 Lipídios (g): 1,90 Carboidrato (g): 106,51 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 0,00 Vitamina C (mg): 0,00 Energia (Kcal): 462,31					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 03/11	Terça-Feira, 04/11	Quarta-Feira, 05/11	Quinta-Feira, 06/11	Sexta-Feira, 07/11	Sábado, 08/11
INTEGRAL MANHÃ	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE MANGA 200ML • PÃO FATIADO SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G 	<ul style="list-style-type: none"> • VITAMINA DE BANANA COM LEITE DE SOJA 180ML • BISCOITO SEQUILHOS SEM GLÚTEN, LEITE E SOJA 50G • MAÇÃ (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE ACEROLA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G 	<ul style="list-style-type: none"> • IOGURTE DE SOJA SABOR MORANGO 180ML • FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE MAÇÃ 200ML • PÃO DE AVEIA SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G
INTEGRAL TARDE	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE MANGA 200ML • PÃO FATIADO SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G 	<ul style="list-style-type: none"> • VITAMINA DE BANANA COM LEITE DE SOJA 180ML • BISCOITO SEQUILHOS SEM GLÚTEN, LEITE E SOJA 50G • MAÇÃ (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE ACEROLA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G 	<ul style="list-style-type: none"> • IOGURTE DE SOJA SABOR MORANGO 180ML • FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE MAÇÃ 200ML • PÃO DE AVEIA SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 15,49 Lipídios (g): 10,85 Carboidrato (g): 134,42 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 68,93 Vitamina C (mg): 221,45 Energia (Kcal): 680,87					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 10/11	Terça-Feira, 11/11	Quarta-Feira, 12/11	Quinta-Feira, 13/11	Sexta-Feira, 14/11	Sábado, 15/11
INTEGRAL MANHÃ	<ul style="list-style-type: none"> • VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE SOJA 180ML • PÃO FATIADO SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE MAÇÃ 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • MARGARINA SEM LEITE 10G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • CHINEQUE DE UVA SEM LEITE 60G • MAÇÃ (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE ACEROLA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • BISCOITO DOCE SEM LEITE 50G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE MAÇÃ 200ML • PÃO DE AVEIA SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G
INTEGRAL TARDE	<ul style="list-style-type: none"> • VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE SOJA 180ML • PÃO FATIADO SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE MAÇÃ 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • MARGARINA SEM LEITE 10G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • CHINEQUE DE UVA SEM LEITE 60G • MAÇÃ (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE ACEROLA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • BISCOITO DOCE SEM LEITE 50G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE MAÇÃ 200ML • PÃO DE AVEIA SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 14,27 Lipídios (g): 13,29 Carboidrato (g): 122,43 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 65,20 Vitamina C (mg): 211,68 Energia (Kcal): 657,00					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 17/11	Terça-Feira, 18/11	Quarta-Feira, 19/11	Quinta-Feira, 20/11	Sexta-Feira, 21/11	Sábado, 22/11
INTEGRAL MANHÃ	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE UVA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FATIADO SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G 	<ul style="list-style-type: none"> • VITAMINA DE MAÇÃ COM LEITE DE SOJA 180ML • BISCOITO DOCE SEM LEITE 50G • BANANA (1 un / 130G) 	FERIADO - CONSCIÊNCIA NEGRA	RECESSO	
INTEGRAL TARDE	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE UVA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FATIADO SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G 	<ul style="list-style-type: none"> • VITAMINA DE MAÇÃ COM LEITE DE SOJA 180ML • BISCOITO DOCE SEM LEITE 50G • BANANA (1 un / 130G) 	FERIADO - CONSCIÊNCIA NEGRA	RECESSO	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 15,43 Lipídios (g): 12,12 Carboidrato (g): 128,06 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 12,31 Vitamina C (mg): 12,25 Energia (Kcal): 675,96					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 24/11	Terça-Feira, 25/11	Quarta-Feira, 26/11	Quinta-Feira, 27/11	Sexta-Feira, 28/11	Sábado, 29/11
INTEGRAL MANHÃ	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE MAÇÃ 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE UVA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • MARGARINA SEM LEITE 10G 	<ul style="list-style-type: none"> • VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE SOJA 180ML • BISCOITO SALGADO SEM TRAÇOS DE LEITE 50G • MAÇÃ (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO 190ML • BOLO DE BANANA E CANELA SEM LEITE 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE ACEROLA 200ML • PÃO FATIADO SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE MAÇÃ 200ML • PÃO DE AVEIA SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G
INTEGRAL TARDE	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE MAÇÃ 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE UVA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • MARGARINA SEM LEITE 10G 	<ul style="list-style-type: none"> • VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE SOJA 180ML • BISCOITO SALGADO SEM TRAÇOS DE LEITE 50G • MAÇÃ (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO 190ML • BOLO DE BANANA E CANELA SEM LEITE 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE ACEROLA 200ML • PÃO FATIADO SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE MAÇÃ 200ML • PÃO DE AVEIA SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 13,98 Lipídios (g): 13,73 Carboidrato (g): 123,13 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 67,07 Vitamina C (mg): 212,39 Energia (Kcal): 655,81					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 14,43 Lipídios (g): 12,07 Carboidrato (g): 125,94 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 56,55 Vitamina C (mg): 177,72 Energia (Kcal): 656,92					