

Observações						
NÃO TEMPERAR AS SALADAS COM LIMÃO E/OU VINAGRE.						
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 FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS (RESTRIÇÃO) 50G	• IOGURTE DE SOJA SABOR MORANGO 180ML • FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • MANGA PICADA 100G	• RISOTO DE FRANGO E BRÓCOLIS (RESTRIÇÃO) 150G • PÊSSEGO (1 un / 80G)	• SUCO POLPA DE MAÇÃ 200ML • SANDUÍCHE NATURAL SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E TOMATE 100G	• MOLHO DE CARNE COM VAGEM (RESTRIÇÃO) 50G • MACARRÃO SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA 100G • MELANCIA FATIADA 150G	• SUCO POLPA DE MANGA 200ML • BOLO DE BAUNILHA DIET SEM GLÚTEN E LEITE 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 10,47 Lipídios (g): 4,24 Carboidrato (g): 51,93 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 103,68 Vitamina C (mg): 9,89 Energia (Kcal): 284,41					

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 FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G	• ARROZ 100G • ISCAS DE CARNE E CENOURA (RESTRIÇÃO) 60G • PÊSSEGO (1 un / 80G)	• SUCO POLPA DE GOIABA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G	• POLENTA 100G • MOLHO DE CARNE E CHUCHU (RESTRIÇÃO) 50G • MELANCIA FATIADA 150G	• SAGU DE UVA 150G • CREME DE LEITE DE SOJA 20G • MANGA PICADA 100G	• SUCO POLPA DE MANGA 200ML • BOLO DE BAUNILHA DIET SEM GLÚTEN E LEITE 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 13,92 Lipídios (g): 4,94 Carboidrato (g): 49,08 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 73,62 Vitamina C (mg): 13,70 Energia (Kcal): 293,05					

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 SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA 100G ● CARNE MOÍDA COM CENOURA (RESTRIÇÃO) 60G ● MELÃO FATIADO 150G	● SUCO POLPA DE MAÇÃ 200ML ● FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G ● PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G	● CANJICA COM LEITE DE SOJA 200G ● MANGA PICADA 100G	● SUCO POLPA DE MANGA 200ML ● PÃO DE AVEIA SEM LEITE E OVOS 50G ● ISCAS DE CARNE REFOGADAS (RESTRIÇÃO) 50G	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 16,62 Lipídios (g): 5,73 Carboidrato (g): 56,82 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 2298,22 Vitamina C (mg): 13,40 Energia (Kcal): 340,80					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 13,30 Lipídios (g): 4,88 Carboidrato (g): 52,09 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 641,05 Vitamina C (mg): 12,20 Energia (Kcal): 301,75					