

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		• VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE SOJA 180ML • CHINEQUE DE UVA SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 60G	• BANANA (1 un / 130G) • SUCO POLPA DE LARANJA 180ML • PÃO DE QUEIJO - FENIL 50G	• ARROZ 100G • CARNE MOÍDA DE SOJA E CENOURA REFOGADA 60G • LARANJA (1 un / 100G)	• SUCO POLPA DE UVA 180ML • SANDUÍCHE NATURAL VEGANO 100G	• LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 8,19 Lipídios (g): 7,96 Carboidrato (g): 60,61 Energia (Kcal): 342,68					

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 SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA 100G • BOLINHO DE CARNE DE SOJA AO SUGO 70G • MELANCIA FATIADA 150G	• SUCO POLPA DE MARACUJÁ 180ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• SUCO POLPA DE GOIABA 180ML • SANDUÍCHE NATURAL VEGANO 100G	• LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 7,87 Lipídios (g): 9,40 Carboidrato (g): 59,18 Energia (Kcal): 345,76					

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	• MACARRÃO SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA 100G • MELÃO FATIADO 150G • BOLINHO DE CARNE DE SOJA AO SUGO 70G	• SUCO POLPA DE ABACAXI 180ML • BISCOITO DOCE DIET, SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• CANJICA COM LEITE DE SOJA 200G • BANANA (1 un / 130G)	• ARROZ 100G • CARNE MOÍDA DE SOJA REFOGADA COM TOMATE 60G • LARANJA (1 un / 100G)	• SUCO POLPA DE ACEROLA 180ML • PÃO DE QUEIJO - FENIL 50G • BANANA (1 un / 130G)	• LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 10,51 Lipídios (g): 6,82 Carboidrato (g): 60,37 Energia (Kcal): 337,42					

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 GOIABA 180ML • PÃO FATIADO SEM LEITE E OVOS 50G • PATÊ DE COUVE-FLOR 30G • ALFACE CRESPA (FOLHA) 10G • HAMBÚRGUER DE ERVILHA 65G	• ARROZ 100G • LARANJA (1 un / 100G) • BOLINHO DE CARNE DE SOJA AO SUGO 70G	• MELÃO FATIADO 150G • SUCO POLPA DE UVA 180ML • PÃO DE QUEIJO - FENIL 50G	• SUCO POLPA DE UVA 180ML • PÃO FATIADO SEM LEITE E OVOS 50G • ALFACE CRESPA (FOLHA) 10G • HAMBÚRGUER DE SOJA ASSADO 40G • PATÊ DE COUVE-FLOR 30G	• IOGURTE DE SOJA SABOR MORANGO 180ML • FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 8,54 Lipídios (g): 9,21 Carboidrato (g): 61,16 Energia (Kcal): 356,34					

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 180ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • ALFACE CRESPA (FOLHA) 10G • TOMATE (RODELA) 15G • HAMBÚRGUER DE LENTILHA COM COUVE-FLORES E CENOURA 55G • PATÊ DE COUVE-FLORES 30G	• SAGU DE UVA 150G • CREME DE LEITE DE SOJA 20G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• SUCO POLPA DE MORANGO 180ML • PÃO DE QUEIJO - FENIL 50G • BANANA (1 un / 130G)			
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 5,04 Lipídios (g): 5,82 Carboidrato (g): 57,74 Energia (Kcal): 295,89					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 8,41 Lipídios (g): 7,96 Carboidrato (g): 60,09 Energia (Kcal): 339,44					