

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	• SUCO POLPA DE MAÇÃ 200ML • SANDUÍCHE NATURAL SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E TOMATE 100G	• RISOTO DE FRANGO E BRÓCOLIS (RESTRIÇÃO) 150G • MELANCIA FATIADA 150G	• IOGURTE DE SOJA SABOR COCO 180ML • FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • BANANA (1 un / 130G)	• MOLHO DE CARNE COM VAGEM (RESTRIÇÃO) 50G • PÊSSEGO (1 un / 80G) • MACARRÃO PARAFUSO (DIETA) 100G	• SUCO POLPA DE UVA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS (RESTRIÇÃO) 50G	• SUCO POLPA DE MANGA 200ML • BOLO DE BANANA E CANELA SEM LEITE 50G
REGULAR TARDE	• SUCO POLPA DE MAÇÃ 200ML • SANDUÍCHE NATURAL SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E TOMATE 100G	• RISOTO DE FRANGO E BRÓCOLIS (RESTRIÇÃO) 150G • MELANCIA FATIADA 150G	• IOGURTE DE SOJA SABOR COCO 180ML • FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • BANANA (1 un / 130G)	• MOLHO DE CARNE COM VAGEM (RESTRIÇÃO) 50G • PÊSSEGO (1 un / 80G) • MACARRÃO PARAFUSO (DIETA) 100G	• SUCO POLPA DE UVA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS (RESTRIÇÃO) 50G	• SUCO POLPA DE MANGA 200ML • BOLO DE BANANA E CANELA SEM LEITE 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 22,48 Lipídios (g): 8,76 Carboidrato (g): 121,71 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 169,63 Vitamina C (mg): 19,54 Energia (Kcal): 646,37					

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	● ARROZ (DIETA) 100G ● ISCAS DE CARNE E CENOURA (RESTRIÇÃO) 60G ● MELANCIA FATIADA 150G	● SUCO POLPA DE GOIABA 200ML ● PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G ● FRANGO REFOGADO PARA PÃO (DIETA) 60G	● SAGU DE UVA 150G ● CREME DE LEITE DE SOJA 20G ● PÊSSEGO (1 un / 80G)	● SUCO POLPA DE MANGA 200ML ● PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G ● FRANGO REFOGADO PARA PÃO (DIETA) 60G	● POLENTA (DIETA) 100G ● MOLHO DE CARNE E CHUCHU (RESTRIÇÃO) 50G ● BANANA (1 un / 130G)	● SUCO POLPA DE MANGA 200ML ● BOLO DE BANANA E CANELA SEM LEITE 50G
REGULAR TARDE	● ARROZ (DIETA) 100G ● ISCAS DE CARNE E CENOURA (RESTRIÇÃO) 60G ● MELANCIA FATIADA 150G	● SUCO POLPA DE GOIABA 200ML ● PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G ● FRANGO REFOGADO PARA PÃO (DIETA) 60G	● SAGU DE UVA 150G ● CREME DE LEITE DE SOJA 20G ● PÊSSEGO (1 un / 80G)	● SUCO POLPA DE MANGA 200ML ● PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G ● FRANGO REFOGADO PARA PÃO (DIETA) 60G	● POLENTA (DIETA) 100G ● MOLHO DE CARNE E CHUCHU (RESTRIÇÃO) 50G ● BANANA (1 un / 130G)	● SUCO POLPA DE MANGA 200ML ● BOLO DE BANANA E CANELA SEM LEITE 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 28,83 Lipídios (g): 9,46 Carboidrato (g): 109,73 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 109,51 Vitamina C (mg): 27,16 Energia (Kcal): 628,80					

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	• SUCO POLPA DE MANGA 200ML • PÃO DE AVEIA SEM LEITE 50G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS (RESTRIÇÃO) 50G	• CANJICA COM LEITE DE SOJA 200G • BANANA (1 un / 130G)	• SUCO POLPA DE MANGA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • FRANGO REFOGADO PARA PÃO (DIETA) 60G	• MACARRÃO PARAFUSO (DIETA) 100G • CARNE MOÍDA COM CENOURA (RESTRIÇÃO) 60G • MELÃO FATIADO 150G	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
REGULAR TARDE	• SUCO POLPA DE MANGA 200ML • PÃO DE AVEIA SEM LEITE 50G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS (RESTRIÇÃO) 50G	• CANJICA COM LEITE DE SOJA 200G • BANANA (1 un / 130G)	• SUCO POLPA DE MANGA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • FRANGO REFOGADO PARA PÃO (DIETA) 60G	• MACARRÃO PARAFUSO (DIETA) 100G • CARNE MOÍDA COM CENOURA (RESTRIÇÃO) 60G • MELÃO FATIADO 150G	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 35,16 Lipídios (g): 10,27 Carboidrato (g): 125,45 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 4537,55 Vitamina C (mg): 37,66 Energia (Kcal): 723,98					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 28,03 Lipídios (g): 9,40 Carboidrato (g): 118,15 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 1239,07 Vitamina C (mg): 26,92 Energia (Kcal): 659,19					