

| Observações                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                               |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| OBSERVAÇÃO: ALIMENTOS E PREPARAÇÕES NÃO PODEM CONTER GLUTÉN/TRAÇOS DE GLÚTEN. TODOS OS UTENSÍLIOS UTILIZADOS, INCLUINDO ESPONJA, DEVEM SER IDENTIFICADOS, ARMAZENADOS E HIGIENIZADOS SEPARADAMENTE. |                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                               |
| 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                                                                                                                                 |
| INTEGRAL MANHÃ                                                                                                                                                                                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE MORANGO 200ML</li> <li>• PÃO FATIADO SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G</li> <li>• REQUEIJÃO CREMOSO FENIL 15G</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML</li> <li>• BISCOITO COOKIES INTEGRAIS DIET, SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE MANGA 200ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 43G</li> <li>• DOCE DE BANANA NATURAL 20G</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 43G</li> <li>• MARGARINA SEM LEITE 10G</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE ACEROLA 200ML</li> <li>• BOLO DE CENOURA SEM GLÚTEN, LEITE E SEM OVOS 50G</li> <li>• MAMÃO FATIADO 85G</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE ABACAXI 200ML</li> <li>• BOLO DE LARANJA SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G</li> </ul> |
| INTEGRAL TARDE                                                                                                                                                                                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE MORANGO 200ML</li> <li>• PÃO FATIADO SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G</li> <li>• REQUEIJÃO CREMOSO FENIL 15G</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML</li> <li>• BISCOITO COOKIES INTEGRAIS DIET, SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE MANGA 200ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 43G</li> <li>• DOCE DE BANANA NATURAL 20G</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 43G</li> <li>• MARGARINA SEM LEITE 10G</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE ACEROLA 200ML</li> <li>• BOLO DE CENOURA SEM GLÚTEN, LEITE E SEM OVOS 50G</li> <li>• MAMÃO FATIADO 85G</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE ABACAXI 200ML</li> <li>• BOLO DE LARANJA SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G</li> </ul> |
| Tabela Nutricional                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                               |
| Cálculo Semanal                                                                                                                                                                                     | Proteína (g): 10,34 Lipídios (g): 14,80 Carboidrato (g): 118,90 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 118,79 Vitamina C (mg): 261,00 Energia (Kcal): 637,41                     |                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                               |

| 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                                                                                                                                 |
|--------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| INTEGRAL MANHÃ     | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE LARANJA 200ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 43G</li> <li>• DOCE DE BANANA NATURAL 20G</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• IOGURTE DE SOJA SABOR MORANGO 180ML</li> <li>• FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G</li> <li>• MANGA PICADA 100G</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• VITAMINA DE GOIABA 180ML</li> <li>• BISCOITO DE POLVILHO SALGADO SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE MAÇÃ 200ML</li> <li>• PÃO FATIADO SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G</li> <li>• REQUEIJÃO CREMOSO FENIL 15G</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 43G</li> <li>• MARGARINA SEM LEITE 10G</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE ABACAXI 200ML</li> <li>• BOLO DE LARANJA SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G</li> </ul> |
| INTEGRAL TARDE     | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE LARANJA 200ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 43G</li> <li>• DOCE DE BANANA NATURAL 20G</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• IOGURTE DE SOJA SABOR MORANGO 180ML</li> <li>• FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G</li> <li>• MANGA PICADA 100G</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• VITAMINA DE GOIABA 180ML</li> <li>• BISCOITO DE POLVILHO SALGADO SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE MAÇÃ 200ML</li> <li>• PÃO FATIADO SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G</li> <li>• REQUEIJÃO CREMOSO FENIL 15G</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 43G</li> <li>• MARGARINA SEM LEITE 10G</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE ABACAXI 200ML</li> <li>• BOLO DE LARANJA SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G</li> </ul> |
| Tabela Nutricional |                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                               |
| Cálculo Semanal    | Proteína (g): 10,38 Lipídios (g): 13,37 Carboidrato (g): 114,85 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 75,96 Vitamina C (mg): 20,57 Energia (Kcal): 606,02                      |                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                               |

| 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   |
|--------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|-----------------|
| INTEGRAL MANHÃ     | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE GOIABA 200ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 43G</li> <li>• DOCE DE BANANA NATURAL 20G</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE SOJA 180ML</li> <li>• BISCOITO SEQUILHOS DIET, SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE UVA 200ML</li> <li>• BOLO DE CHOCOLATE SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G</li> <li>• PÊSSEGO (1 un / 80G)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE MARACUJÁ 200ML</li> <li>• PÃO FATIADO SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G</li> <li>• REQUEIJÃO CREMOSO FENIL 15G</li> </ul> | RECESSO ESCOLAR    | RECESSO ESCOLAR |
| INTEGRAL TARDE     | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE GOIABA 200ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 43G</li> <li>• DOCE DE BANANA NATURAL 20G</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE SOJA 180ML</li> <li>• BISCOITO SEQUILHOS DIET, SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE UVA 200ML</li> <li>• BOLO DE CHOCOLATE SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G</li> <li>• PÊSSEGO (1 un / 80G)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE MARACUJÁ 200ML</li> <li>• PÃO FATIADO SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G</li> <li>• REQUEIJÃO CREMOSO FENIL 15G</li> </ul> | RECESSO ESCOLAR    | RECESSO ESCOLAR |
| Tabela Nutricional |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                             |                    |                 |
| Cálculo Semanal    | Proteína (g): 7,13 Lipídios (g): 13,21 Carboidrato (g): 133,23 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 44,11 Vitamina C (mg): 26,40 Energia (Kcal): 657,42                      |                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                             |                    |                 |
| Cálculo Mensal     | Proteína (g): 9,55 Lipídios (g): 13,87 Carboidrato (g): 120,97 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 84,06 Vitamina C (mg): 112,19 Energia (Kcal): 630,64                     |                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                             |                    |                 |