

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
INTEGRAL MANHÃ	• SUCO POLPA DE ACEROLA 200ML • PÃO FATIADO SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G	• LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BISCOITO DOCE SEM LEITE 50G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• SUCO POLPA DE MANGA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G	• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO DE AVEIA SEM LEITE 50G • MARGARINA SEM LEITE 10G	• SUCO POLPA DE ACEROLA 200ML • CHINEQUE DE GOIABADA SEM LEITE 60G • MANGA PICADA 100G	• SUCO POLPA DE ABACAXI 200ML • BOLO DE MAÇÃ, AVEIA E CANELA 50G
INTEGRAL TARDE	• SUCO POLPA DE ACEROLA 200ML • PÃO FATIADO SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G	• LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BISCOITO DOCE SEM LEITE 50G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• SUCO POLPA DE MANGA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G	• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO DE AVEIA SEM LEITE 50G • MARGARINA SEM LEITE 10G	• SUCO POLPA DE ACEROLA 200ML • CHINEQUE DE GOIABADA SEM LEITE 60G • MANGA PICADA 100G	• SUCO POLPA DE ABACAXI 200ML • BOLO DE MAÇÃ, AVEIA E CANELA 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 13,45 Lipídios (g): 15,63 Carboidrato (g): 117,85 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 179,38 Vitamina C (mg): 430,42 Energia (Kcal): 655,98					

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	• SUCO POLPA DE LARANJA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G	• IOGURTE DE SOJA SABOR COCO 180ML • FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • MANGA PICADA 100G	• VITAMINA DE MARACUJÁ COM LEITE DE SOJA 180ML • BISCOITO DE POLVILHO SALGADO SEM LEITE 50G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• SUCO POLPA DE MAÇÃ 200ML • PÃO FATIADO SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G	• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • MARGARINA SEM LEITE 10G	• SUCO POLPA DE ABACAXI 200ML • BOLO DE MAÇÃ, AVEIA E CANELA 50G
INTEGRAL TARDE	• SUCO POLPA DE LARANJA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G	• IOGURTE DE SOJA SABOR COCO 180ML • FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • MANGA PICADA 100G	• VITAMINA DE MARACUJÁ COM LEITE DE SOJA 180ML • BISCOITO DE POLVILHO SALGADO SEM LEITE 50G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• SUCO POLPA DE MAÇÃ 200ML • PÃO FATIADO SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G	• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • MARGARINA SEM LEITE 10G	• SUCO POLPA DE ABACAXI 200ML • BOLO DE MAÇÃ, AVEIA E CANELA 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 13,70 Lipídios (g): 14,72 Carboidrato (g): 119,31 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 79,28 Vitamina C (mg): 7,05 Energia (Kcal): 659,15					

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	• SUCO POLPA DE GOIABA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G	• VITAMINA DE MARACUJÁ COM LEITE DE SOJA 180ML • BISCOITO SEQUILHOS SEM GLÚTEN, LEITE E SOJA 50G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• SUCO POLPA DE UVA 200ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G • PÊSSEGO (1 un / 80G)	• SUCO POLPA DE MARACUJÁ 200ML • PÃO FATIADO SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
INTEGRAL TARDE	• SUCO POLPA DE GOIABA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G	• VITAMINA DE MARACUJÁ COM LEITE DE SOJA 180ML • BISCOITO SEQUILHOS SEM GLÚTEN, LEITE E SOJA 50G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• SUCO POLPA DE UVA 200ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G • PÊSSEGO (1 un / 80G)	• SUCO POLPA DE MARACUJÁ 200ML • PÃO FATIADO SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 12,88 Lipídios (g): 13,51 Carboidrato (g): 137,99 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 66,48 Vitamina C (mg): 8,95 Energia (Kcal): 712,84					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 13,40 Lipídios (g): 14,76 Carboidrato (g): 123,44 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 113,62 Vitamina C (mg): 166,29 Energia (Kcal): 671,38					