

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
REGULAR MANHÃ	• SUCO POLPA DE UVA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN 50G • ISCAS DE CARNE E TOMATE 60G	• IOGURTE DE MORANGO 180G • FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • BANANA (1 un / 130G)	• RISOTO DE FRANGO E BRÓCOLIS 150G • PÊSSEGO (1 un / 80G)	• SUCO POLPA DE MARACUJÁ 200ML • SANDUÍCHE NATURAL SEM GLÚTEN 100G	• MOLHO DE CARNE COM VAGEM 50G • MACARRÃO SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA 100G • MELANCIA FATIADA 150G	• SUCO POLPA DE ABACAXI 200ML • BOLO DE BANANA E CANELA SEM GLÚTEN 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 10,99 Lipídios (g): 5,13 Carboidrato (g): 57,12 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 60,21 Vitamina C (mg): 8,72 Energia (Kcal): 316,01					

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 GLÚTEN 50G • FRANGO PARA PÃO COM TOMATE 60G	• ARROZ 100G • ISCAS DE CARNE E CENOURA 60G • PÊSSEGO (1 un / 80G)	• SUCO POLPA DE ACEROLA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN 50G • FRANGO PARA PÃO COM TOMATE 60G	• POLENTA 100G • MOLHO DE CARNE E CHUCHU 50G • MELANCIA FATIADA 150G	• SAGU DE UVA 150G • CREME DE LEITE 20G • BANANA (1 un / 130G)	• SUCO POLPA DE ABACAXI 200ML • BOLO DE BANANA E CANELA SEM GLÚTEN 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 13,82 Lipídios (g): 5,44 Carboidrato (g): 53,34 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 75,89 Vitamina C (mg): 114,39 Energia (Kcal): 313,66					

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 60G • LARANJA (1 un / 100G)	• SUCO POLPA DE TANGERINA 200ML • FRANGO PARA PÃO COM TOMATE 60G • PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN 50G	• CANJICA 200G • BANANA (1 un / 130G)	• SUCO POLPA DE ABACAXI 200ML • PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN 50G • ISCAS DE CARNE E TOMATE 60G	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 16,47 Lipídios (g): 6,49 Carboidrato (g): 56,29 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 2230,78 Vitamina C (mg): 17,31 Energia (Kcal): 340,98					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 13,42 Lipídios (g): 5,59 Carboidrato (g): 55,49 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 608,73 Vitamina C (mg): 50,50 Energia (Kcal): 321,37					