

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
INTEGRAL MANHÃ		• BISCOITO SALGADO SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G • MAÇÃ (1 un / 100G) • SUCO POLPA DE UVA 180ML	• LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • MARGARINA SEM LEITE 7G	• VITAMINA DE BANANA COM LEITE DE SOJA 180ML • PÃO FATIADO SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G	• CHÁ DE CAMOMILA 190ML • BOLO DE CENOURA SEM GLÚTEN, LEITE E SEM OVOS 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): 6,74 Lipídios (g): 9,79 Carboidrato (g): 60,39 Energia (Kcal): 352,53					

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
INTEGRAL MANHÃ	FERIADO - INDEPENDÊNCIA DO BRASIL	FERIADO - NOSSA SENHORA DA LUZ DOS PINHAIS	• SUCO POLPA DE MANGA 180ML • PÃO FATIADO SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FATIADO SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G	• IOGURTE DE SOJA SABOR COCO 180ML • FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 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): 7,09 Lipídios (g): 6,99 Carboidrato (g): 65,04 Energia (Kcal): 346,40					

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
INTEGRAL MANHÃ	• SUCO POLPA DE UVA 180ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G	• CHINEQUE DE GOIABADA SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 60G • BANANA (1 un / 130G) • SUCO POLPA DE LARANJA 180ML	• CHÁ DE CAMOMILA 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • MARGARINA SEM LEITE 7G • MAMÃO FATIADO 85G	• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FATIADO SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G	• BISCOITO COOKIES INTEGRAIS SEM LEITE E OVOS 50G • MAÇÃ (1 un / 100G) • VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE ARROZ 180ML	• LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 4,53 Lipídios (g): 8,17 Carboidrato (g): 59,98 Energia (Kcal): 326,31					

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
INTEGRAL MANHÃ	• BOLO DE ABACAXI E CANELA SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G • MAÇÃ (1 un / 100G) • SUCO POLPA DE MARACUJÁ 180ML	• SUCO POLPA DE MANGA 180ML • PÃO FATIADO SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G	• LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • MARGARINA SEM LEITE 7G	• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • BISCOITO SEQUILHOS DIET, SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G • BANANA (1 un / 130G)	• CHÁ DE HORTELÃ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G	• LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 5,98 Lipídios (g): 8,33 Carboidrato (g): 58,56 Energia (Kcal): 326,38					

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
INTEGRAL MANHÃ	• LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • BANANA (1 un / 130G)	• CHÁ DE CAMOMILA 190ML • PÃO FATIADO SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G	• VITAMINA DE MANGA COM LEITE DE SOJA 180ML • BISCOITO DOCE SEM LEITE E OVOS 50G • MAÇÃ (1 un / 100G)			
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 6,23 Lipídios (g): 9,76 Carboidrato (g): 64,40 Energia (Kcal): 362,70					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 5,99 Lipídios (g): 8,55 Carboidrato (g): 61,11 Energia (Kcal): 339,69					