

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	• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO DE AVEIA (1 un / 50G) • MANTEIGA 10G	• SUCO POLPA DE MANGA 200ML • PÃO DE LEITE (1 un / 50G) • REQUEIJÃO CREMOSO 15G	• SUCO POLPA DE ACEROLA 200ML • CHINEQUE DE GOIABADA (1 un / 60G) • MAMÃO FATIADO 85G	• SUCO POLPA DE MORANGO 200ML • PÃO DE LEITE FATIADO 50G • QUEIJO (1 un / 20G)	• LEITE COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BISCOITO COOKIES INTEGRAIS 50G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• SUCO POLPA DE ABACAXI 200ML • BOLO DE MAÇÃ, AVEIA E CANELA 50G
INTEGRAL TARDE	• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO DE AVEIA (1 un / 50G) • MANTEIGA 10G	• SUCO POLPA DE MANGA 200ML • PÃO DE LEITE (1 un / 50G) • REQUEIJÃO CREMOSO 15G	• SUCO POLPA DE ACEROLA 200ML • CHINEQUE DE GOIABADA (1 un / 60G) • MAMÃO FATIADO 85G	• SUCO POLPA DE MORANGO 200ML • PÃO DE LEITE FATIADO 50G • QUEIJO (1 un / 20G)	• LEITE COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BISCOITO COOKIES INTEGRAIS 50G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• SUCO POLPA DE ABACAXI 200ML • BOLO DE MAÇÃ, AVEIA E CANELA 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 17,03 Lipídios (g): 19,67 Carboidrato (g): 109,21 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 212,45 Vitamina C (mg): 246,17 Energia (Kcal): 669,56					

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	• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO DE LEITE (1 un / 50G) • MANTEIGA 10G	• SUCO POLPA DE LARANJA 200ML • PÃO DE CENTEIO (1 un / 50G) • REQUEIJÃO CREMOSO 15G	• SUCO POLPA DE MAÇÃ 200ML • PÃO INTEGRAL FATIADO 50G • QUEIJO (1 un / 20G)	• IOGURTE DE COCO 180ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 50G • MANGA PICADA 100G	• VITAMINA DE GOIABA 180ML • BISCOITO DE POLVILHO SALGADO 50G • PÊSSEGO (1 un / 80G)	• SUCO POLPA DE ABACAXI 200ML • BOLO DE MAÇÃ, AVEIA E CANELA 50G
INTEGRAL TARDE	• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO DE LEITE (1 un / 50G) • MANTEIGA 10G	• SUCO POLPA DE LARANJA 200ML • PÃO DE CENTEIO (1 un / 50G) • REQUEIJÃO CREMOSO 15G	• SUCO POLPA DE MAÇÃ 200ML • PÃO INTEGRAL FATIADO 50G • QUEIJO (1 un / 20G)	• IOGURTE DE COCO 180ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 50G • MANGA PICADA 100G	• VITAMINA DE GOIABA 180ML • BISCOITO DE POLVILHO SALGADO 50G • PÊSSEGO (1 un / 80G)	• SUCO POLPA DE ABACAXI 200ML • BOLO DE MAÇÃ, AVEIA E CANELA 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 18,18 Lipídios (g): 21,65 Carboidrato (g): 112,50 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 6426,52 Vitamina C (mg): 6,54 Energia (Kcal): 704,08					

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 UVA 200ML • BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G) • PÊSSEGO (1 un / 80G)	• SUCO POLPA DE MARACUJÁ 200ML • PÃO DE LEITE FATIADO 50G • QUEIJO (1 un / 20G)	• SUCO POLPA DE GOIABA 200ML • PÃO DE MILHO (1 un / 50G) • REQUEIJÃO CREMOSO 15G	• VITAMINA DE MORANGO 180ML • BISCOITO SEQUILHOS 50G • MAÇÃ (1 un / 100G)	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
INTEGRAL TARDE	• SUCO POLPA DE UVA 200ML • BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G) • PÊSSEGO (1 un / 80G)	• SUCO POLPA DE MARACUJÁ 200ML • PÃO DE LEITE FATIADO 50G • QUEIJO (1 un / 20G)	• SUCO POLPA DE GOIABA 200ML • PÃO DE MILHO (1 un / 50G) • REQUEIJÃO CREMOSO 15G	• VITAMINA DE MORANGO 180ML • BISCOITO SEQUILHOS 50G • MAÇÃ (1 un / 100G)	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 17,77 Lipídios (g): 19,11 Carboidrato (g): 133,47 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 158,59 Vitamina C (mg): 6,14 Energia (Kcal): 763,04					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 17,65 Lipídios (g): 20,27 Carboidrato (g): 116,51 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 2529,26 Vitamina C (mg): 96,30 Energia (Kcal): 705,88					