

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
REGULAR MANHÃ		• CHINEQUE DE UVA SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA G/NOT 120G • VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE ARROZ 180ML	• MACARRÃO SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA G/NOT 180G • MAÇÃ (1 un / 100G) • BOLINHO DE CARNE DE SOJA AO MOLHO G/NOT 90G	• LARANJA (1 un / 100G) • PÃO DE QUEIJO - FENIL 50G • SUCO POLPA DE UVA 180ML	• SUCO POLPA DE UVA 180ML • SANDUÍCHE NATURAL VEGANO 100G	• LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA G/NOT 100G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 10,97 Lipídios (g): 12,08 Carboidrato (g): 90,17 Energia (Kcal): 507,72					

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
REGULAR MANHÃ	FERIADO - INDEPENDÊNCIA DO BRASIL	FERIADO - NOSSA SENHORA DA LUZ DOS PINHAIS	• MACARRÃO SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA G/NOT 180G • BOLINHO DE CARNE DE SOJA AO MOLHO G/NOT 90G • MELÃO FATIADO 150G	• SUCO POLPA DE MARACUJÁ 180ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA G/NOT 100G	• SUCO POLPA DE GOIABA 180ML • PÃO INTEGRAL FATIADO 50G • HAMBÚRGUER DE SOJA ASSADO 40G • ALFACE CRESPA (FOLHA) 10G	• LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA G/NOT 100G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 16,08 Lipídios (g): 16,13 Carboidrato (g): 89,08 Energia (Kcal): 555,75					

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
REGULAR MANHÃ	• MACARRÃO SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA G/NOT 180G • CARNE MOÍDA DE SOJA REFOGADA COM TOMATE 60G • LARANJA (1 un / 100G)	• SUCO POLPA DE ABACAXI 180ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS G/NOT 75G • ALFACE CRESPA (FOLHA) 10G • HAMBÚRGUER DE LENTILHA COM COUVE-FLORES E CENOURA 55G • PATÊ DE COUVE-FLORES 30G	• CANJICA COM LEITE DE SOJA G/NOT 250G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• ARROZ G/NOT 180G • BOLINHO DE CARNE DE SOJA AO MOLHO G/NOT 90G • MELÃO FATIADO 150G	• SUCO POLPA DE MANGA 180ML • PÃO DE QUEIJO - FENIL 50G • BANANA (1 un / 130G)	• LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA G/NOT 100G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 15,82 Lipídios (g): 9,75 Carboidrato (g): 85,04 Energia (Kcal): 485,21					

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
REGULAR MANHÃ	• SUCO POLPA DE GOIABA 180ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS G/NOT 75G • HAMBÚRGUER DE ERVILHA 65G • PATÊ DE COUVE-FLOR 30G • ALFACE CRESPA (FOLHA) 10G	• ARROZ G/NOT 180G • BOLINHO DE CARNE DE SOJA AO MOLHO G/NOT 90G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• IOGURTE DE SOJA SABOR MORANGO 180ML • FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • BANANA (1 un / 130G)	• SUCO POLPA DE UVA 180ML • SANDUÍCHE NATURAL VEGANO 100G	• LARANJA (1 un / 100G) • PÃO DE QUEIJO - FENIL 50G • SUCO POLPA DE ABACAXI 180ML	• LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA G/NOT 100G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 10,21 Lipídios (g): 9,41 Carboidrato (g): 75,52 Energia (Kcal): 423,53					

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
REGULAR MANHÃ	• SUCO POLPA DE MARACUJÁ 180ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS G/NOT 75G • HAMBÚRGUER DE SOJA ASSADO 40G • ALFACE CRESPA (FOLHA) 10G • TOMATE (RODELA) 15G	• SAGU DE UVA 150G • CREME DE LEITE DE SOJA 20G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• SUCO POLPA DE MORANGO 180ML • PÃO DE QUEIJO - FENIL 50G • BANANA (1 un / 130G)			
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 6,50 Lipídios (g): 5,49 Carboidrato (g): 58,32 Energia (Kcal): 304,27					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 12,29 Lipídios (g): 10,68 Carboidrato (g): 81,06 Energia (Kcal): 463,62					