

Observações						
NÃO OFERTAR FRUTAS, SUCOS, PREPARAÇÕES DOCES E AÇÚCAR ADICIONADO.						
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 TARDE		• POLENTA 100G • MOLHO DE CARNE E CHUCHU 50G	• CHÁ DE CAMOMILA SEM ADOÇAR 190ML • PÃO DE ABÓBORA (1 un / 50G) • CARNE MOÍDA REFOGADA COM TOMATE 60G	• PÃO DE QUEIJO (2 UNID) 80G • CHÁ DE HORTELÃ SEM AÇÚCAR 190ML	• SOPA DE FEIJÃO COM CARNE, BATATA E MACARRÃO 150G	• LEITE 190ML • BOLO DE CHOCOLATE DIET 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 13,54 Lipídios (g): 10,38 Carboidrato (g): 26,70 Energia (Kcal): 253,94					

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 TARDE	FERIADO - INDEPENDÊNCIA DO BRASIL	FERIADO - NOSSA SENHORA DA LUZ DOS PINHAIS	• MACARRÃO PARAFUSO 100G • BOLINHO DE CARNE AO SUGO 70G	• PÃO DE QUEIJO (2 UNID) 80G • CHÁ DE CAMOMILA SEM ADOÇAR 190ML	• CHÁ DE HORTELÃ SEM AÇÚCAR 190ML • PÃO INTEGRAL FATIADO 50G • PATÊ DE FRANGO 30G • ALFACE CRESPA (FOLHA) 10G	• LEITE 190ML • BOLO DE CHOCOLATE DIET 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 14,08 Lipídios (g): 13,16 Carboidrato (g): 34,93 Energia (Kcal): 311,74					

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 TARDE	• LEITE 190ML • BISCOITO CREAM CRACKER 50G	• ARROZ 100G • ISCAS DE FRANGO REFOGADAS COM BRÓCOLIS 60G	• PÃO DE BATATA (1 un / 50G) • FRANGO PARA PÃO COM TOMATE 60G • CHÁ DE ERVA DOCE SEM AÇÚCAR 190ML	• MACARRÃO PARAFUSO 100G • CARNE MOÍDA REFOGADA COM TOMATE 60G	• CHÁ DE CAMOMILA SEM ADOÇAR 190ML • PÃO DE HAMBÚRGUER (1 un / 50G) • HAMBÚRGUER BOVINO ASSADO (1 un / 42G) • QUEIJO (1 un / 15G) • ALFACE CRESPA (FOLHA) 10G	• LEITE 190ML • BOLO DE CHOCOLATE DIET 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 16,64 Lipídios (g): 8,82 Carboidrato (g): 37,05 Energia (Kcal): 293,33					

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 TARDE	• POLENTA 100G • MOLHO DE CARNE E BRÓCOLIS 50G	• CHÁ DE CAMOMILA SEM ADOÇAR 190ML • PÃO INTEGRAL FATIADO 50G • PATÊ DE FRANGO 30G • ALFACE CRESPA (FOLHA) 10G	• LEITE 190ML • BISCOITO DE POLVILHO SALGADO 50G	• CHÁ DE HORTELÃ SEM AÇÚCAR 190ML • PÃO DE AVEIA (1 un / 50G) • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G	• ARROZ 100G • ISCAS DE FRANGO E CENOURA 60G	• LEITE 190ML • BOLO DE CHOCOLATE DIET 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 13,36 Lipídios (g): 9,52 Carboidrato (g): 31,95 Energia (Kcal): 265,25					

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 TARDE	• CHÁ DE ERVA DOCE SEM AÇÚCAR 190ML • PÃO DE HAMBÚRGUER (1 un / 50G) • HAMBÚRGUER BOVINO ASSADO (1 un / 42G) • QUEIJO (10) (1 un / 10G) • TOMATE (RODELA) 15G	• ARROZ 100G • ISCAS DE CARNE AO SUGO 50G	• BISCOITO DE POLVILHO SALGADO 50G • LEITE 190ML			
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 14,18 Lipídios (g): 11,27 Carboidrato (g): 30,83 Energia (Kcal): 283,79					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 14,44 Lipídios (g): 10,35 Carboidrato (g): 32,49 Energia (Kcal): 279,98					