

Observações						
Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 03/08	Terça-Feira, 04/08	Quarta-Feira, 05/08	Quinta-Feira, 06/08	Sexta-Feira, 07/08	Sábado, 08/08
LANCHE	• RISOTO DE FRANGO 200G • PERA (1 un / 150G)	• MACARRÃO SEM OVOS - JANTAR 100G • CARNE MOÍDA AO MOLHO COM CENOURA E ERVILHA 56G • MANGA 120G	• SUCO DE MAÇÃ 150ML • SANDUÍCHE VEGANO 65G • PONKAN (1 un / 230G)	• POLENTA - JANTAR 120G • ISCAS DE FRANGO COM TOMATE 54G • MAÇÃ (1 un / 137G)	• SOPA DE FEIJÃO, LEGUMES E MACARRÃO SEM OVOS 180G • MAMÃO 122G	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 14,49 Lipídios (g): 6,14 Carboidrato (g): 52,52 Cálcio (mg): 34,25 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 83,83 Vitamina C (mg): 38,35 Energia (Kcal): 312,91					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 10/08	Terça-Feira, 11/08	Quarta-Feira, 12/08	Quinta-Feira, 13/08	Sexta-Feira, 14/08	Sábado, 15/08
LANCHE	• SOPA DE FEIJÃO COM MACARRÃO SEM OVOS 180G • MELÃO 170G	• ARROZ CARRETEIRO 180G • PERA (1 un / 150G)	• SUCO DE LARANJA 150ML • PÃO SEM LEITE 37,5G • RECHEIO DE CARNE MOÍDA 35,5G • MAMÃO 122G	• MACARRÃO SEM OVOS - JANTAR 100G • FRANGO AO MOLHO COM CENOURA E VAGEM 56G • MANGA 120G	• BEBIDA À BASE DE SOJA COM POLPA DE FRUTAS 120ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G • MAÇÃ (1 un / 137G)	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 13,65 Lipídios (g): 3,05 Carboidrato (g): 49,45 Cálcio (mg): 32,58 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 33,50 Vitamina C (mg): 44,40 Energia (Kcal): 275,68					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 17/08	Terça-Feira, 18/08	Quarta-Feira, 19/08	Quinta-Feira, 20/08	Sexta-Feira, 21/08	Sábado, 22/08
LANCHE	• POLENTA - JANTAR 120G • CARNE MOÍDA AO SUGO 56G • MAÇÃ (1 un / 137G)	• SUCO DE UVA 150ML • PÃO SEM LEITE 37,5G • RECHEIO DE FRANGO DESFIADO 35G • MAMÃO 122G	• QUIRERA - JANTAR 120G • CARNE MOÍDA AO MOLHO COM CENOURA E ERVILHA 56G • PONKAN (1 un / 230G)	• RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES 180G • MANGA 120G	• LEITE DE SOJA COM CACAU 150ML • PÃO SEM LEITE 37,5G • PERA (1 un / 150G)	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 15,68 Lipídios (g): 4,43 Carboidrato (g): 51,64 Cálcio (mg): 34,03 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 73,39 Vitamina C (mg): 41,89 Energia (Kcal): 289,41					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 24/08	Terça-Feira, 25/08	Quarta-Feira, 26/08	Quinta-Feira, 27/08	Sexta-Feira, 28/08	Sábado, 29/08
LANCHE	• SOPA DE FEIJÃO, LEGUMES E MACARRÃO SEM OVOS 180G • LARANJA (1 un / 150G)	• RISOTO DE FRANGO 200G • MANGA 120G	• PÃO SEM LEITE 37,5G • RECHEIO DE CARNE MOÍDA 35,5G • MELÃO 170G	• SOPA DE ARROZ, LEGUMES E FRANGO 180G • PERA (1 un / 150G)	• BATIDA DE MAÇÃ COM LEITE DE SOJA 190ML • PÃO SEM LEITE 37,5G • MAMÃO 122G	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 13,27 Lipídios (g): 4,69 Carboidrato (g): 40,77 Cálcio (mg): 39,53 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 78,30 Vitamina C (mg): 35,43 Energia (Kcal): 254,69					

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
LANCHE	• QUIRERA - JANTAR 120G • ISCAS DE FRANGO COM TOMATE 54G • LARANJA (1 un / 150G)					
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 21,83 Lipídios (g): 5,97 Carboidrato (g): 47,54 Cálcio (mg): 30,16 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 1,44 Vitamina C (mg): 57,47 Energia (Kcal): 328,25					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 14,63 Lipídios (g): 4,64 Carboidrato (g): 48,54 Cálcio (mg): 34,86 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 64,12 Vitamina C (mg): 40,85 Energia (Kcal): 285,32					