

Observações						
-						
Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 06/04	Terça-Feira, 07/04	Quarta-Feira, 08/04	Quinta-Feira, 09/04	Sexta-Feira, 10/04	Sábado, 11/04
ALMOÇO			<ul style="list-style-type: none"> ● ARROZ INTEGRAL (DIETA) 80G ● FEIJÃO PRETO (DIETA) 90G ● ALMÔNDEGAS DE FRANGO ASSADAS AO SUGO (RESTRIÇÃO) 100G ● PURÊ DE BATATA (DIETA) 40G ● SALADA DE BETERRABA RALADA 25G ● MANGA PICADA 100G 	<ul style="list-style-type: none"> ● ARROZ (DIETA) 110G ● FEIJÃO CARIOCA (DIETA) 90G ● BARREADO (RESTRIÇÃO) 90G ● FAROFA DE COUVE (DIETA) 30G ● SALADA DE PEPINO 40G ● CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● ARROZ (DIETA) 110G ● FEIJÃO PRETO (DIETA) 90G ● FRANGO ASSADO SEM PELE (DIETA) 110G ● POLENTA CREMOSA (DIETA) 60G ● SALADA DE ALFACE 15G ● MELÃO 150G 	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 36,38 Lipídios (g): 15,25 Carboidrato (g): 88,43 Cálcio (mg): 135,03 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 246,29 Vitamina C (mg): 37,67 Energia (Kcal): 632,82					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 13/04	Terça-Feira, 14/04	Quarta-Feira, 15/04	Quinta-Feira, 16/04	Sexta-Feira, 17/04	Sábado, 18/04
ALMOÇO	<ul style="list-style-type: none"> ● ARROZ (DIETA) 110G ● FEIJÃO CARIOCA (DIETA) 90G ● PICADINHO DE CARNE (RESTRIÇÃO) 80G ● BATATA REFOGADA (DIETA) 50G ● SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 40G ● MELÃO 150G 	<ul style="list-style-type: none"> ● ARROZ (DIETA) 110G ● FEIJÃO PRETO (DIETA) 90G ● ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 80G ● MACARRÃO PARAFUSO ALHO E ÓLEO (DIETA) 180G ● SALADA DE CHUCHU COM CENOURA 30G ● MAÇÃ (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● ARROZ (DIETA) 110G ● FEIJÃO CARIOCA (DIETA) 90G ● BIFE ACEBOLADO (DIETA) 100G ● FAROFA DE COUVE (DIETA) 30G ● SALADA DE PEPINO 40G ● SALADA DE FRUTAS SEM ABACAXI 100G 	<ul style="list-style-type: none"> ● ARROZ (DIETA) 110G ● FEIJÃO PRETO (DIETA) 90G ● PEITO DE FRANGO GRELHADO (DIETA) 80G ● BATATA, CENOURA E CHUCHU REFOGADOS (DIETA) 40G ● SALADA DE ACELGA COM LIMÃO 30G ● MELANCIA 150G 	<ul style="list-style-type: none"> ● ARROZ (DIETA) 110G ● FEIJÃO CARIOCA (DIETA) 90G ● ISCAS DE CARNE REFOGADAS (DIETA) 80G ● QUIRERA (DIETA) 70G ● SALADA DE ALFACE 15G ● MANGA PICADA 100G 	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 41,64 Lipídios (g): 9,84 Carboidrato (g): 103,98 Cálcio (mg): 77,49 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 266,11 Vitamina C (mg): 35,16 Energia (Kcal): 670,14					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 20/04	Terça-Feira, 21/04	Quarta-Feira, 22/04	Quinta-Feira, 23/04	Sexta-Feira, 24/04	Sábado, 25/04
ALMOÇO	RECESSO - TIRADENTES	FERIADO - TIRADENTES	<ul style="list-style-type: none"> ● ARROZ (DIETA) 110G ● FEIJÃO PRETO (DIETA) 90G ● PICADINHO DE CARNE (RESTRICÇÃO) 80G ● BATATA REFOGADA (DIETA) 50G ● SALADA DE PEPINO 40G ● MELÃO 150G 	<ul style="list-style-type: none"> ● ARROZ (DIETA) 110G ● FEIJÃO CARIOCA (DIETA) 90G ● PEITO DE FRANGO GRELHADO (DIETA) 80G ● PURÊ DE BATATA (DIETA) 40G ● SALADA DE BETERRABA RALADA 25G ● MELANCIA 150G 	<ul style="list-style-type: none"> ● ARROZ (DIETA) 110G ● FEIJÃO PRETO (DIETA) 90G ● PICADINHO DE CARNE (RESTRICÇÃO) 80G ● FAROFA DE ESPINAFRE (DIETA) 30G ● SALADA DE REPOLHO 40G ● CAQUI (1 un / 120G) 	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 38,51 Lipídios (g): 7,87 Carboidrato (g): 91,10 Cálcio (mg): 131,86 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 262,75 Vitamina C (mg): 41,89 Energia (Kcal): 587,48					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 27/04	Terça-Feira, 28/04	Quarta-Feira, 29/04	Quinta-Feira, 30/04	Sexta-Feira, 01/05	Sábado, 02/05
ALMOÇO	<ul style="list-style-type: none"> ● ARROZ INTEGRAL (DIETA) 80G ● FEIJÃO CARIOCA (DIETA) 90G <ul style="list-style-type: none"> ● MELANCIA 150G ● SALADA DE BETERRABA RALADA 25G ● QUIBE ASSADO SEM MOLHO (DIETA) 100G ● VAGEM REFOGADA (DIETA) 40G 	<ul style="list-style-type: none"> ● ARROZ (DIETA) 110G ● FEIJÃO PRETO (DIETA) 90G ● PEITO DE FRANGO GRELHADO (DIETA) 80G ● ABOBRINHA REFOGADA (DIETA) 35G ● SALADA DE BETERRABA RALADA 25G <ul style="list-style-type: none"> ● CAQUI (1 un / 120G) 	<ul style="list-style-type: none"> ● ARROZ (DIETA) 110G ● FEIJÃO CARIOCA (DIETA) 90G <ul style="list-style-type: none"> ● ALMÔNDEGAS DE CARNE ASSADAS (RESTRIÇÃO) 100G ● POLENTA CREMOSA (DIETA) 60G ● SALADA DE CENOURA COZIDA 40G ● SALADA DE FRUTAS SEM ABACAXI 100G 	<ul style="list-style-type: none"> ● ARROZ (DIETA) 110G ● FEIJÃO PRETO (DIETA) 90G ● FRANGO AO MOLHO (RESTRIÇÃO) 110G ● BATATA DOCE ASSADA 40G ● SALADA DE ALFACE 15G <ul style="list-style-type: none"> ● MELÃO 150G 		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 38,43 Lipídios (g): 16,38 Carboidrato (g): 83,84 Cálcio (mg): 77,96 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 1011,95 Vitamina C (mg): 32,53 Energia (Kcal): 630,88					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 39,11 Lipídios (g): 12,27 Carboidrato (g): 92,92 Cálcio (mg): 100,00 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 460,36 Vitamina C (mg): 36,31 Energia (Kcal): 635,67					