

| Observações                                 |                                                                                      |                                                                                                                                    |                                                                                                                       |                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                             |                                                                                                           |
|---------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| NÃO UTILIZAR ALHO E CEBOLA NAS PREPARAÇÕES! |                                                                                      |                                                                                                                                    |                                                                                                                       |                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                             |                                                                                                           |
| 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                               |                                                                                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SOPA DE FEIJÃO COM CARNE, BATATA E MACARRÃO 150G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• VITAMINA DE MORANGO 160ML</li> <li>• CHINEQUE DE UVA (1 un / 60G)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• POLENTA 100G</li> <li>• <b>MOLHO DE CARNE E CHUCHU (RESTRIÇÃO) 50G</b></li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 100G</li> <li>• <b>ISCAS DE FRANGO E CENOURA (RESTRIÇÃO) 60G</b></li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE 190ML</li> <li>• BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)</li> </ul> |
| Tabela Nutricional                          |                                                                                      |                                                                                                                                    |                                                                                                                       |                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                             |                                                                                                           |
| Cálculo Semanal                             | Proteína (g): 13,82 Lipídios (g): 8,34 Carboidrato (g): 50,36 Energia (Kcal): 329,14 |                                                                                                                                    |                                                                                                                       |                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                             |                                                                                                           |

| 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 -<br>INDEPENDÊNCIA DO<br>BRASIL                                              | FERIADO - NOSSA<br>SENHORA DA LUZ DOS<br>PINHAIS | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE MARACUJÁ 180ML</li> <li>• BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE GOIABA 180ML</li> <li>• PÃO INTEGRAL FATIADO 50G</li> <li>• PATÊ DE FRANGO 30G</li> <li>• ALFACE CRESPA (FOLHA) 10G</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• MACARRÃO PARAFUSO 100G</li> <li>• <b>MOLHO DE CARNE (RESTRIÇÃO) 50G</b></li> <li>• MELANCIA FATIADA 150G</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE 190ML</li> <li>• BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)</li> </ul> |
| <b>Tabela Nutricional</b> |                                                                                      |                                                  |                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                              |                                                                                                           |
| Cálculo Semanal           | Proteína (g): 12,55 Lipídios (g): 9,74 Carboidrato (g): 60,80 Energia (Kcal): 374,14 |                                                  |                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                              |                                                                                                           |

| 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      | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE ABACAXI 180ML</li> <li>• PÃO DE HAMBÚRGUER (1 un / 50G)</li> <li>• HAMBÚRGUER BOVINO ASSADO (1 un / 42G)</li> <li>• QUEIJO (10) (1 un / 10G)</li> <li>• ALFACE CRESPA (FOLHA) 10G</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• CANJICA 200G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 100G</li> <li>• <b>ISCAS DE FRANGO REFOGADAS COM BRÓCOLIS (RESTRIÇÃO) 60G</b></li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE ACEROLA 180ML</li> <li>• PÃO DE BATATA (1 un / 50G)</li> <li>• <b>FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G</b></li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• MACARRÃO PARAFUSO 100G</li> <li>• <b>CARNE MOÍDA REFOGADA 60G</b></li> <li>• MELÃO FATIADO 150G</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE 190ML</li> <li>• BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)</li> </ul> |
| Tabela Nutricional |                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                  |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                     |                                                                                                           |
| Cálculo Semanal    | Proteína (g): 17,02 Lipídios (g): 8,19 Carboidrato (g): 53,30 Energia (Kcal): 351,48                                                                                                                                                                |                                                                                                  |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                     |                                                                                                           |

| 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             | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 100G</li> <li>• <b>ISCAS DE FRANGO E CENOURA (RESTRIÇÃO) 60G</b></li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• POLENTA 100G</li> <li>• <b>MOLHO DE CARNE E BRÓCOLIS (RESTRIÇÃO) 50G</b></li> <li>• MELÃO FATIADO 150G</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE UVA 180ML</li> <li>• PÃO INTEGRAL FATIADO 50G</li> <li>• PATÊ DE FRANGO 30G</li> <li>• ALFACE CRESPA (FOLHA) 10G</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• IOGURTE DE MORANGO 180G</li> <li>• FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 50G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE GOIABA 180ML</li> <li>• PÃO DE AVEIA (1 un / 50G)</li> <li>• <b>CARNE MOÍDA REFOGADA 60G</b></li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE 190ML</li> <li>• BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)</li> </ul> |
| <b>Tabela Nutricional</b> |                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                |                                                                                                           |
| Cálculo Semanal           | Proteína (g): 13,96 Lipídios (g): 6,67 Carboidrato (g): 54,11 Energia (Kcal): 327,06                                                                        |                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                |                                                                                                           |

| 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      | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 100G</li> <li>• <b>ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50G</b></li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SAGU DE UVA 150G</li> <li>• CREME DE LEITE 20G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE MARACUJÁ 180ML</li> <li>• PÃO DE HAMBÚRGUER (1 un / 50G)</li> <li>• HAMBÚRGUER BOVINO ASSADO (1 un / 42G)</li> <li>• QUEIJO (10) (1 un / 10G)</li> <li>• <b>ALFACE CRESPA (FOLHA) 10G</b></li> </ul> |                     |                    |               |
| Tabela Nutricional |                                                                                                                                               |                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                             |                     |                    |               |
| Cálculo Semanal    | Proteína (g): 14,84 Lipídios (g): 6,15 Carboidrato (g): 51,56 Energia (Kcal): 317,92                                                          |                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                             |                     |                    |               |
| Cálculo Mensal     | Proteína (g): 14,57 Lipídios (g): 7,85 Carboidrato (g): 53,92 Energia (Kcal): 340,30                                                          |                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                             |                     |                    |               |