

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		• VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE SOJA 180ML • CHINEQUE DE UVA SEM LEITE 60G	• SOPA DE FEIJÃO COM CARNE, BATATA E MACARRÃO 150G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• ARROZ 100G • ISCAS DE FRANGO E CENOURA 60G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• SUCO POLPA DE UVA 180ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • CARNE MOÍDA REFOGADA COM TOMATE 60G	• LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 14,35 Lipídios (g): 6,55 Carboidrato (g): 53,40 Energia (Kcal): 328,35					

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 PARAFUSO 100G • BOLINHO DE CARNE AO SUGO 70G • CAQUI (1 un / 120G)	• SUCO POLPA DE MARACUJÁ 180ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G	• SUCO POLPA DE GOIABA 180ML • PÃO FATIADO SEM LEITE 50G • PATÊ DE FRANGO COM REQUEIJÃO DE SOJA 30G • ALFACE CRESPA (FOLHA) 10G	• LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 12,77 Lipídios (g): 8,45 Carboidrato (g): 66,36 Energia (Kcal): 386,23					

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 PARAFUSO 100G • CARNE MOÍDA REFOGADA COM TOMATE 60G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• SUCO POLPA DE LARANJA 180ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • HAMBÚGUER BOVINO ASSADO (1 un / 42G) • QUEIJO (10) (1 un / 10G) • ALFACE CRESPA (FOLHA) 10G	• CANJICA COM LEITE DE SOJA 200G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• ARROZ 100G • ISCAS DE FRANGO REFOGADAS COM BRÓCOLIS 60G • CAQUI (1 un / 120G)	• SUCO POLPA DE MANGA 180ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • FRANGO PARA PÃO COM TOMATE 60G	• LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 16,02 Lipídios (g): 7,06 Carboidrato (g): 58,33 Energia (Kcal): 357,71					

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 DE AVEIA SEM LEITE 50G • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G	• ARROZ 100G • BOLINHO DE CARNE AO SUGO 70G • 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 • PÃO FATIADO SEM LEITE 50G • PATÊ DE FRANGO COM REQUEIJÃO DE SOJA 30G • ALFACE CRESPA (FOLHA) 10G	• POLENTA 100G • MOLHO DE FRANGO E CENOURA 50G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 13,47 Lipídios (g): 5,50 Carboidrato (g): 57,11 Energia (Kcal): 327,39					

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 50G • HAMBÚRGUER BOVINO ASSADO (1 un / 42G) • QUEIJO (10) (1 un / 10G) • TOMATE (RODELA) 15G	• SAGU DE UVA 150G • CREME DE LEITE DE SOJA 20G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• SUCO POLPA DE MORANGO 180ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • FRANGO PARA PÃO COM TOMATE 60G			
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 13,22 Lipídios (g): 5,62 Carboidrato (g): 46,88 Energia (Kcal): 291,38					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 14,14 Lipídios (g): 6,61 Carboidrato (g): 56,91 Energia (Kcal): 340,47					