

Observações						
Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 01/12	Terça-Feira, 02/12	Quarta-Feira, 03/12	Quinta-Feira, 04/12	Sexta-Feira, 05/12	Sábado, 06/12
INTEGRAL MANHÃ	• SUCO POLPA DE MORANGO 200ML • PÃO FATIADO SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G	• LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BISCOITO COOKIES INTEGRAIS SEM LEITE E OVOS 50G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• SUCO POLPA DE MANGA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G	• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO DE AVEIA SEM LEITE E OVOS 50G • MARGARINA SEM LEITE 10G	• SUCO POLPA DE ACEROLA 200ML • CHINEQUE DE GOIABADA SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 60G • MAMÃO FATIADO 85G	• SUCO POLPA DE ABACAXI 200ML • BOLO DE BANANA E CANELA SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G
INTEGRAL TARDE	• SUCO POLPA DE MORANGO 200ML • PÃO FATIADO SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G	• LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BISCOITO COOKIES INTEGRAIS SEM LEITE E OVOS 50G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• SUCO POLPA DE MANGA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G	• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO DE AVEIA SEM LEITE E OVOS 50G • MARGARINA SEM LEITE 10G	• SUCO POLPA DE ACEROLA 200ML • CHINEQUE DE GOIABADA SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 60G • MAMÃO FATIADO 85G	• SUCO POLPA DE ABACAXI 200ML • BOLO DE BANANA E CANELA SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 10,64 Lipídios (g): 16,68 Carboidrato (g): 124,61 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 90,73 Vitamina C (mg): 247,20 Energia (Kcal): 676,80					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 08/12	Terça-Feira, 09/12	Quarta-Feira, 10/12	Quinta-Feira, 11/12	Sexta-Feira, 12/12	Sábado, 13/12
INTEGRAL MANHÃ	• SUCO POLPA DE LARANJA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G	• IOGURTE DE SOJA SABOR MORANGO 180ML • FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • BANANA (1 un / 130G)	• VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE SOJA 180ML • BISCOITO DE POLVILHO SALGADO SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• SUCO POLPA DE MAÇÃ 200ML • PÃO FATIADO SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G	• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • MARGARINA SEM LEITE 10G	• SUCO POLPA DE ABACAXI 200ML • BOLO DE BANANA E CANELA SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G
INTEGRAL TARDE	• SUCO POLPA DE LARANJA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G	• IOGURTE DE SOJA SABOR MORANGO 180ML • FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • BANANA (1 un / 130G)	• VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE SOJA 180ML • BISCOITO DE POLVILHO SALGADO SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• SUCO POLPA DE MAÇÃ 200ML • PÃO FATIADO SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G	• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • MARGARINA SEM LEITE 10G	• SUCO POLPA DE ABACAXI 200ML • BOLO DE BANANA E CANELA SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 13,14 Lipídios (g): 13,89 Carboidrato (g): 121,87 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 10,16 Vitamina C (mg): 5,06 Energia (Kcal): 648,38					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 15/12	Terça-Feira, 16/12	Quarta-Feira, 17/12	Quinta-Feira, 18/12	Sexta-Feira, 19/12	Sábado, 20/12
INTEGRAL MANHÃ	• SUCO POLPA DE GOIABA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G	• VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE SOJA 180ML • BISCOITO SEQUILHOS DIET, SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• SUCO POLPA DE UVA 200ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • PÊSSEGO (1 un / 80G)	• SUCO POLPA DE MARACUJÁ 200ML • PÃO FATIADO SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
INTEGRAL TARDE	• SUCO POLPA DE GOIABA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G	• VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE SOJA 180ML • BISCOITO SEQUILHOS DIET, SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• SUCO POLPA DE UVA 200ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • PÊSSEGO (1 un / 80G)	• SUCO POLPA DE MARACUJÁ 200ML • PÃO FATIADO SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 7,19 Lipídios (g): 13,05 Carboidrato (g): 125,59 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 41,08 Vitamina C (mg): 24,65 Energia (Kcal): 628,93					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 10,71 Lipídios (g): 14,73 Carboidrato (g): 123,83 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 48,10 Vitamina C (mg): 100,76 Energia (Kcal): 654,18					