

Observações						
AS SALADAS DEVEM SER SEM LIMÃO E VINAGRE.						
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		• SOPA DE FEIJÃO COM CARNE, BATATA E MACARRÃO 150G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• VITAMINA DE BANANA COM LEITE DE SOJA 180ML • CHINEQUE DE GOIABADA SEM LEITE 60G	• POLENTA 100G • MOLHO DE CARNE E CHUCHU (RESTRIÇÃO) 50G • BANANA (1 un / 130G)	• ARROZ 100G • ISCAS DE FRANGO E CENOURA (RESTRIÇÃO) 60G • MELÃO FATIADO 150G	• LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 14,08 Lipídios (g): 6,23 Carboidrato (g): 52,05 Energia (Kcal): 315,36					

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 - INDEPENDÊNCIA DO BRASIL	FERIADO - NOSSA SENHORA DA LUZ DOS PINHAIS	• SUCO POLPA DE MAÇÃ 180ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• SUCO POLPA DE GOIABA 180ML • PÃO FATIADO SEM LEITE 50G • PATÊ DE FRANGO COM REQUEIJÃO DE SOJA 30G • ALFACE CRESPA (FOLHA) 10G	• MACARRÃO PARAFUSO 100G • MOLHO DE CARNE (RESTRIÇÃO) 50G • MELANCIA FATIADA 150G	• LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 12,22 Lipídios (g): 7,71 Carboidrato (g): 66,09 Energia (Kcal): 376,47					

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	• SUCO POLPA DE MANGA 180ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • CARNE MOÍDA REFOGADA 60G • ALFACE CRESPA (FOLHA) 10G	• CANJICA COM LEITE DE SOJA 200G • BANANA (1 un / 130G)	• ARROZ 100G • ISCAS DE FRANGO REFOGADAS COM BRÓCOLIS (RESTRIÇÃO) 60G • MELÃO FATIADO 150G	• SUCO POLPA DE GOIABA 180ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G	• MACARRÃO PARAFUSO 100G • CARNE MOÍDA REFOGADA 60G • MELÃO FATIADO 150G	• LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 16,89 Lipídios (g): 6,31 Carboidrato (g): 58,10 Energia (Kcal): 352,84					

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	• ARROZ 100G • ISCAS DE FRANGO E CENOURA (RESTRIÇÃO) 60G • MELÃO FATIADO 150G	• POLENTA 100G • MOLHO DE CARNE E BRÓCOLIS (RESTRIÇÃO) 50G • MELÃO FATIADO 150G	• SUCO POLPA DE MAÇÃ 180ML • PÃO FATIADO SEM LEITE 50G • PATÊ DE FRANGO COM REQUEIJÃO DE SOJA 30G • ALFACE CRESPA (FOLHA) 10G	• IOGURTE DE SOJA SABOR MORANGO 180ML • FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• SUCO POLPA DE GOIABA 180ML • PÃO DE AVEIA SEM LEITE 50G • CARNE MOÍDA REFOGADA 60G	• LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 13,17 Lipídios (g): 4,97 Carboidrato (g): 54,99 Energia (Kcal): 312,05					

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	• ARROZ 100G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS (RESTRIÇÃO) 50G • BANANA (1 un / 130G)	• SAGU DE UVA 150G • CREME DE LEITE DE SOJA 20G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • SUCO POLPA DE MAÇÃ 180ML • CARNE MOÍDA REFOGADA 60G • ALFACE CRESPA (FOLHA) 10G			
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 12,89 Lipídios (g): 3,58 Carboidrato (g): 52,06 Energia (Kcal): 288,77					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 14,09 Lipídios (g): 5,85 Carboidrato (g): 56,64 Energia (Kcal): 330,76					