

| 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      |                                                                                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE UVA 180ML</li> <li>• <b>SANDUÍCHE NATURAL VEGETARIANO 100G</b></li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• POLENTA 100G</li> <li>• <b>BOLINHO DE CARNE DE SOJA AO SUGO 70G</b></li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</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>• ARROZ 100G</li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> <li>• <b>OMELETE COM TOMATE E CHEIRO VERDE 70G</b></li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE 190ML</li> <li>• BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)</li> </ul> |
| REGULAR TARDE      |                                                                                        | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE UVA 180ML</li> <li>• <b>SANDUÍCHE NATURAL VEGETARIANO 100G</b></li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• POLENTA 100G</li> <li>• <b>BOLINHO DE CARNE DE SOJA AO SUGO 70G</b></li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</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>• ARROZ 100G</li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> <li>• <b>OMELETE COM TOMATE E CHEIRO VERDE 70G</b></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): 27,88 Lipídios (g): 22,87 Carboidrato (g): 110,62 Energia (Kcal): 752,18 |                                                                                                                                  |                                                                                                                                                         |                                                                                                                       |                                                                                                                                                         |                                                                                                           |

| 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 | <ul style="list-style-type: none"> <li>• MACARRÃO PARAFUSO 100G</li> <li>• <b>BOLINHO DE CARNE DE SOJA AO SUGO 70G</b></li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE MARACUJÁ 180ML</li> <li>• BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE GOIABA 180ML</li> <li>• PÃO INTEGRAL FATIADO 50G</li> <li>• ALFACE CRESPA (FOLHA) 10G</li> <li>• <b>HAMBÚRGUER DE ERVILHA 65G</b></li> <li>• <b>QUEIJO (1 un / 15G)</b></li> <li>• <b>PATÊ DE COUVE-FLOR 30G</b></li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE 190ML</li> <li>• BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)</li> </ul> |
| REGULAR TARDE      | FERIADO - INDEPENDÊNCIA DO BRASIL                                                      | FERIADO - NOSSA SENHORA DA LUZ DOS PINHAIS | <ul style="list-style-type: none"> <li>• MACARRÃO PARAFUSO 100G</li> <li>• <b>BOLINHO DE CARNE DE SOJA AO SUGO 70G</b></li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE MARACUJÁ 180ML</li> <li>• BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE GOIABA 180ML</li> <li>• PÃO INTEGRAL FATIADO 50G</li> <li>• ALFACE CRESPA (FOLHA) 10G</li> <li>• <b>HAMBÚRGUER DE ERVILHA 65G</b></li> <li>• <b>QUEIJO (1 un / 15G)</b></li> <li>• <b>PATÊ DE COUVE-FLOR 30G</b></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): 27,33 Lipídios (g): 23,48 Carboidrato (g): 126,29 Energia (Kcal): 809,24 |                                            |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                           |

| 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             | <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>BOLINHO DE CARNE DE SOJA AO SUGO 70G</b></li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> <li>• ARROZ 100G</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE MANGA 180ML</li> <li>• <b>PANQUECA DE LEGUMES COM QUEIJO 60G</b></li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• MACARRÃO PARAFUSO 100G</li> <li>• <b>CARNE MOÍDA DE SOJA REFOGADA COM TOMATE 60G</b></li> <li>• MELÃO FATIADO 150G</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE ABACAXI 180ML</li> <li>• PÃO DE HAMBÚRGUER (1 un / 50G)</li> <li>• QUEIJO (10) (1 un / 10G)</li> <li>• ALFACE CRESPA (FOLHA) 10G</li> <li>• <b>HAMBÚRGUER DE LENTILHA COM COUVE-FLORES E CENOURA 55G</b></li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• CANJICA 200G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE 190ML</li> <li>• BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)</li> </ul> |
| REGULAR TARDE             | <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>BOLINHO DE CARNE DE SOJA AO SUGO 70G</b></li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> <li>• ARROZ 100G</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE MANGA 180ML</li> <li>• <b>PANQUECA DE LEGUMES COM QUEIJO 60G</b></li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• MACARRÃO PARAFUSO 100G</li> <li>• <b>CARNE MOÍDA DE SOJA REFOGADA COM TOMATE 60G</b></li> <li>• MELÃO FATIADO 150G</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE ABACAXI 180ML</li> <li>• PÃO DE HAMBÚRGUER (1 un / 50G)</li> <li>• QUEIJO (10) (1 un / 10G)</li> <li>• ALFACE CRESPA (FOLHA) 10G</li> <li>• <b>HAMBÚRGUER DE LENTILHA COM COUVE-FLORES E CENOURA 55G</b></li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• CANJICA 200G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</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): 27,29 Lipídios (g): 14,42 Carboidrato (g): 113,33 Energia (Kcal): 683,54                                                                 |                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                |                                                                                                           |

| 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             | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE UVA 180ML</li> <li>• PÃO INTEGRAL FATIADO 50G</li> <li>• <b>HAMBÚRGUER DE SOJA ASSADO 40G</b></li> <li>• ALFACE CRESPA (FOLHA) 10G</li> <li>• <b>QUEIJO (1 un / 15G)</b></li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• POLENTA 100G</li> <li>• MELÃO FATIADO 150G</li> <li>• <b>BOLINHO DE CARNE DE SOJA AO SUGO 70G</b></li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE GOIABA 180ML</li> <li>• <b>PÃO DE QUEIJO (2 UNID) 80G</b></li> <li>• <b>BANANA (1 un / 130G)</b></li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 100G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> <li>• <b>OMELETE COM CENOURA E CHEIRO VERDE 70G</b></li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• IOGURTE DE MORANGO 180G</li> <li>• FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 50G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE 190ML</li> <li>• <b>BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)</b></li> </ul> |
| REGULAR TARDE             | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE UVA 180ML</li> <li>• PÃO INTEGRAL FATIADO 50G</li> <li>• <b>HAMBÚRGUER DE SOJA ASSADO 40G</b></li> <li>• ALFACE CRESPA (FOLHA) 10G</li> <li>• <b>QUEIJO (1 un / 15G)</b></li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• POLENTA 100G</li> <li>• MELÃO FATIADO 150G</li> <li>• <b>BOLINHO DE CARNE DE SOJA AO SUGO 70G</b></li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE GOIABA 180ML</li> <li>• <b>PÃO DE QUEIJO (2 UNID) 80G</b></li> <li>• <b>BANANA (1 un / 130G)</b></li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 100G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> <li>• <b>OMELETE COM CENOURA E CHEIRO VERDE 70G</b></li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• IOGURTE DE MORANGO 180G</li> <li>• FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 50G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• LEITE 190ML</li> <li>• <b>BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)</b></li> </ul> |
| <b>Tabela Nutricional</b> |                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                       |                                                                                                                  |
| Cálculo Semanal           | Proteína (g): 29,23 Lipídios (g): 24,05 Carboidrato (g): 119,57 Energia (Kcal): 795,18                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                       |                                                                                                                  |

| 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             | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE MARACUJÁ 180ML</li> <li>• PÃO DE HAMBÚRGUER (1 un / 50G)</li> <li>• QUEIJO (10) (1 un / 10G)</li> <li>• TOMATE (RODELA) 15G</li> <li>• <b>HAMBÚRGUER DE ERVILHA 65G</b></li> <li>• <b>PATÊ DE COUVE-FLORES 30G</b></li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• MACARRÃO PARAFUSO COLORIDO 100G</li> <li>• <b>BOLINHO DE CARNE DE SOJA AO SUGO 70G</b></li> <li>• MELÃO FATIADO 150G</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> |                     |                    |               |
| REGULAR TARDE             | <ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE MARACUJÁ 180ML</li> <li>• PÃO DE HAMBÚRGUER (1 un / 50G)</li> <li>• QUEIJO (10) (1 un / 10G)</li> <li>• TOMATE (RODELA) 15G</li> <li>• <b>HAMBÚRGUER DE ERVILHA 65G</b></li> <li>• <b>PATÊ DE COUVE-FLORES 30G</b></li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• MACARRÃO PARAFUSO COLORIDO 100G</li> <li>• <b>BOLINHO DE CARNE DE SOJA AO SUGO 70G</b></li> <li>• MELÃO FATIADO 150G</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> |                     |                    |               |
| <b>Tabela Nutricional</b> |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                  |                     |                    |               |
| Cálculo Semanal           | Proteína (g): 24,65 Lipídios (g): 12,99 Carboidrato (g): 119,49 Energia (Kcal): 678,24                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                  |                     |                    |               |
| Cálculo Mensal            | Proteína (g): 27,57 Lipídios (g): 19,92 Carboidrato (g): 117,26 Energia (Kcal): 746,04                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                  |                     |                    |               |