

Observações						
Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 27/07	Terça-Feira, 28/07	Quarta-Feira, 29/07	Quinta-Feira, 30/07	Sexta-Feira, 31/07	Sábado, 01/08
INTEGRAL MANHÃ						• LEITE DESNATADO COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • CHINEQUE DE UVA (1 un / 60G)
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 12,75 Lipídios (g): 6,03 Carboidrato (g): 75,45 Cálcio (mg): 315,99 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 107,22 Vitamina C (mg): 0,00 Energia (Kcal): 407,18					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 03/08	Terça-Feira, 04/08	Quarta-Feira, 05/08	Quinta-Feira, 06/08	Sexta-Feira, 07/08	Sábado, 08/08
INTEGRAL MANHÃ	• CHÁ DE CAMOMILA 190ML • PÃO DE CENTEIO (1 un / 50G) • REQUEIJÃO LIGHT 15G • MAMÃO FATIADO 85G	• IOGURTE DE MORANGO DESNATADO 180G • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 50G • BANANA (1 un / 130G)	• LEITE DESNATADO COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO DE BATATA (1 un / 50G) • MARGARINA LIGHT 7G	• LEITE DESNATADO COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • PÃO DE LEITE FATIADO 50G • REQUEIJÃO LIGHT 15G	• VITAMINA DE BANANA COM LEITE DESNATADO 180ML • CHINEQUE DE GOIABADA (1 un / 60G)	• LEITE DESNATADO COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • CHINEQUE DE UVA (1 un / 60G)
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 11,72 Lipídios (g): 3,95 Carboidrato (g): 59,74 Cálcio (mg): 254,70 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 65,78 Vitamina C (mg): 11,73 Energia (Kcal): 318,47					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 10/08	Terça-Feira, 11/08	Quarta-Feira, 12/08	Quinta-Feira, 13/08	Sexta-Feira, 14/08	Sábado, 15/08
INTEGRAL MANHÃ	• CHÁ DE CAPIM LIMÃO 190ML • PÃO DE LEITE FATIADO 50G • REQUEIJÃO LIGHT 15G	• LEITE DESNATADO COM AROMA DE COCO 190ML • BOLO DE MAÇÃ, AVEIA E CANELA 50G • BANANA (1 un / 130G)	• LEITE DESNATADO COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO DE MILHO (1 un / 50G) • REQUEIJÃO LIGHT 15G	• VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DESNATADO 180ML • BISCOITO DE POLVILHO SALGADO 50G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• CHÁ DE CAMOMILA 190ML • PÃO DE AVEIA (1 un / 50G) • MARGARINA LIGHT 7G	• LEITE DESNATADO COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • CHINEQUE DE UVA (1 un / 60G)
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 11,05 Lipídios (g): 7,26 Carboidrato (g): 56,77 Cálcio (mg): 264,39 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 3195,30 Vitamina C (mg): 1,04 Energia (Kcal): 334,31					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 17/08	Terça-Feira, 18/08	Quarta-Feira, 19/08	Quinta-Feira, 20/08	Sexta-Feira, 21/08	Sábado, 22/08
INTEGRAL MANHÃ	• CHÁ DE CAMOMILA 190ML • PÃO DE LEITE (1 un / 50G) • REQUEIJÃO LIGHT 15G • BANANA (1 un / 130G)	• LEITE DESNATADO 190ML • CHINEQUE DE UVA (1 un / 60G)	• VITAMINA DE MANGA COM LEITE DESNATADO 180ML • PÃO INTEGRAL FATIADO 50G • REQUEIJÃO LIGHT 15G	• LEITE DESNATADO COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO DE ABÓBORA (1 un / 50G) • MARGARINA LIGHT 7G	• LEITE DESNATADO COM AROMA DE COCO 190ML • BISCOITO SEQUILHOS 50G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• LEITE DESNATADO COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • CHINEQUE DE UVA (1 un / 60G)
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 10,97 Lipídios (g): 4,76 Carboidrato (g): 60,32 Cálcio (mg): 289,24 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 73,93 Vitamina C (mg): 3,87 Energia (Kcal): 324,38					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 24/08	Terça-Feira, 25/08	Quarta-Feira, 26/08	Quinta-Feira, 27/08	Sexta-Feira, 28/08	Sábado, 29/08
INTEGRAL MANHÃ	• VITAMINA DE MANGA COM LEITE DESNATADO 180ML • PÃO DE CENTEIO (1 un / 50G) • MARGARINA LIGHT 7G	• LEITE DESNATADO COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO DE LEITE FATIADO 50G • REQUEIJÃO LIGHT 15G	• LEITE DESNATADO COM AROMA DE COCO 190ML • BOLO DE LARANJA (1 un / 50G)	• LEITE DESNATADO 190ML • BISCOITO COOKIES INTEGRAIS 50G • BANANA (1 un / 130G)	• CHÁ DE HORTELÃ 190ML • PÃO DE ABÓBORA (1 un / 50G) • REQUEIJÃO LIGHT 15G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• LEITE DESNATADO COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • CHINEQUE DE UVA (1 un / 60G)
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 11,66 Lipídios (g): 5,72 Carboidrato (g): 56,64 Cálcio (mg): 303,67 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 74,26 Vitamina C (mg): 4,34 Energia (Kcal): 322,09					

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
INTEGRAL MANHÃ	• CHÁ DE CAMOMILA 190ML • BOLO DE CENOURA (1 un / 50G) • BANANA (1 un / 130G)					
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 8,58 Lipídios (g): 11,20 Carboidrato (g): 71,78 Cálcio (mg): 123,85 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 132,13 Vitamina C (mg): 5,23 Energia (Kcal): 410,63					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 11,30 Lipídios (g): 5,67 Carboidrato (g): 59,54 Cálcio (mg): 273,53 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 795,96 Vitamina C (mg): 5,04 Energia (Kcal): 331,28					