

Observações						
OBSERVAÇÃO: O CÁLCULO DE CAR (CARBOIDRATO) POR ALIMENTO FOI FEITO COM BASE NA TABELA DE COMPOSIÇÃO DE ALIMENTOS (TACO).						
Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 30/03	Terça-Feira, 31/03	Quarta-Feira, 01/04	Quinta-Feira, 02/04	Sexta-Feira, 03/04	Sábado, 04/04
INTEGRAL MANHÃ			<ul style="list-style-type: none"> <li>● LEITE 190ML CAR 8,62</li> <li>● MAMÃO FATIADO 85G CAR 12,13</li> <li>● BOLO DE CENOURA DIET 50G CAR 25,00</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ DIET 190ML CAR 16,23</li> <li>● PÃO DE AVEIA (1 un / 50G) CAR 29,79</li> <li>● MANTEIGA 7G CAR 0,00</li> </ul>	FERIADO - SEXTA-FEIRA SANTA	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 13,47 Lipídios (g): 16,05 Carboidrato (g): 45,88 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 213,92 Vitamina C (mg): 41,54 Energia (Kcal): 376,14					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 06/04	Terça-Feira, 07/04	Quarta-Feira, 08/04	Quinta-Feira, 09/04	Sexta-Feira, 10/04	Sábado, 11/04
INTEGRAL MANHÃ	<ul style="list-style-type: none"> <li>● SUCO POLPA DE MANGA DIET 200ML CAR 12,78</li> <li>● PÃO DE AVEIA (1 un / 50G) CAR 29,79</li> <li>● REQUEIJÃO CREMOSO 15G CAR 0,36</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● LEITE COM AROMA DE BAUNILHA DIET 190ML CAR 8,73</li> <li>● BOLO DE CHOCOLATE DIET 50G CAR 33,46</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● VITAMINA DE BANANA COM CACAU 160ML CAR 32,27</li> <li>● BISCOITO DOCE DIET 50G CAR 31,50</li> <li>● MAÇÃ (1 un / 100G) CAR 15,15</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ DIET 190ML CAR 16,23</li> <li>● PÃO DE CENTEIO (1 un / 50G) CAR 24,15</li> <li>● MANTEIGA 7G CAR 0,00</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● CHÁ DE CAMOMILA DIET 190ML CAR 0,14</li> <li>● PÃO INTEGRAL FATIADO 50G CAR 24,97</li> <li>● QUEIJO (1 un / 15G) CAR 0,46</li> <li>● CAQUI (1 un / 120G) CAR 23,20</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ DIET 190ML CAR 16,23</li> <li>● CHINEQUE DE GOIABADA DIET 60G CAR 36,05</li> </ul>
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 10,43 Lipídios (g): 11,23 Carboidrato (g): 50,91 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 87,01 Vitamina C (mg): 11,20 Energia (Kcal): 332,98					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 13/04	Terça-Feira, 14/04	Quarta-Feira, 15/04	Quinta-Feira, 16/04	Sexta-Feira, 17/04	Sábado, 18/04
INTEGRAL MANHÃ	<ul style="list-style-type: none"> <li>● CHÁ DE CAPIM LIMÃO DIET 190ML CAR 0,14</li> <li>● PÃO DE CENTEIO (1 un / 50G) CAR 24,15</li> <li>● REQUEIJÃO CREMOSO 15G CAR 0,36</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ DIET 190ML CAR 16,23</li> <li>● PÃO DE AVEIA (1 un / 50G) CAR 29,79</li> <li>● MANTEIGA 7G CAR 0,00</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● IOGURTE DE MORANGO DIET 180G CAR 14,67</li> <li>● FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G CAR 43,33</li> <li>● BANANA (1 un / 130G) CAR 31,01</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● LEITE COM AROMA DE BAUNILHA DIET 190ML CAR 8,73</li> <li>● BISCOITO SEQUILHOS DIET, SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G CAR 40,00</li> <li>● MAÇÃ (1 un / 100G) CAR 15,15</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● VITAMINA DE MARACUJÁ DIET 180ML CAR 14,99</li> <li>● CHINEQUE DE UVA DIET 60G CAR 34,02</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ DIET 190ML CAR 16,23</li> <li>● CHINEQUE DE GOIABADA DIET 60G CAR 36,05</li> </ul>
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 9,82 Lipídios (g): 9,26 Carboidrato (g): 54,14 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 94,53 Vitamina C (mg): 2,49 Energia (Kcal): 328,00					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 20/04	Terça-Feira, 21/04	Quarta-Feira, 22/04	Quinta-Feira, 23/04	Sexta-Feira, 24/04	Sábado, 25/04
INTEGRAL MANHÃ	RECESSO - TIRADENTES	FERIADO - TIRADENTES	<ul style="list-style-type: none"> <li>● SUCO POLPA DE GOIABA DIET 200ML CAR 17,56</li> <li>● PÃO DE CENTEIO (1 un / 50G) CAR 24,15</li> <li>● MANTEIGA 7G CAR 0,00</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● VITAMINA DE MANGA DIET 180ML CAR 16,89</li> <li>● BISCOITO DE POLVILHO SALGADO 50G CAR 19,19</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● LEITE COM AROMA DE COCO DIET 190ML CAR 8,73</li> <li>● BOLO DE FUBÁ DIET 50G CAR 18,50</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ DIET 190ML CAR 16,23</li> <li>● CHINEQUE DE GOIABADA DIET 60G CAR 36,05</li> </ul>
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 8,56 Lipídios (g): 12,70 Carboidrato (g): 39,32 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 4785,65 Vitamina C (mg): 4,10 Energia (Kcal): 299,78					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 27/04	Terça-Feira, 28/04	Quarta-Feira, 29/04	Quinta-Feira, 30/04	Sexta-Feira, 01/05	Sábado, 02/05
INTEGRAL MANHÃ	<ul style="list-style-type: none"> <li>● SUCO POLPA DE MANGA DIET 200ML CAR 12,78</li> <li>● PÃO DE AVEIA (1 un / 50G) CAR 29,79</li> <li>● REQUEIJÃO CREMOSO 15G CAR 0,36</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● LEITE 190ML CAR 8,62</li> <li>● BISCOITO COOKIES INTEGRAIS DIET 50G CAR 23,33</li> <li>● BANANA (1 un / 130G) CAR 31,01</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● VITAMINA DE MORANGO DIET 180ML CAR 13,30</li> <li>● BOLO DE LARANJA DIET 50G CAR 25,25</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● CHÁ DE CAMOMILA DIET 190ML CAR 0,14</li> <li>● PÃO INTEGRAL FATIADO 50G CAR 24,97</li> <li>● QUEIJO (1 un / 15G) CAR 0,46</li> <li>● CAQUI (1 un / 120G) CAR 23,20</li> </ul>		
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 10,32 Lipídios (g): 10,36 Carboidrato (g): 48,30 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 69,18 Vitamina C (mg): 17,67 Energia (Kcal): 314,23					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 10,18 Lipídios (g): 11,24 Carboidrato (g): 48,75 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 951,66 Vitamina C (mg): 11,47 Energia (Kcal): 326,10					