

Observações						
Todas as preparações devem ser elaboradas sem alho e cebola.						
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	• LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO 190ML • PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G	• SUCO POLPA DE ACEROLA 200ML • CHINEQUE DE GOIABADA SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 60G • MAMÃO FATIADO 85G	• LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BISCOITO COOKIES INTEGRAIS SEM GLÚTEN E LEITE 50G • KIWI (1 un / 80G)	• SUCO POLPA DE UVA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G	• SUCO POLPA DE MORANGO 200ML • PÃO FATIADO SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G	• SUCO POLPA DE ABACAXI 200ML • BOLO DE BANANA E CANELA SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G
INTEGRAL TARDE	• LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO 190ML • PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G	• SUCO POLPA DE ACEROLA 200ML • CHINEQUE DE GOIABADA SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 60G • MAMÃO FATIADO 85G	• LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BISCOITO COOKIES INTEGRAIS SEM GLÚTEN E LEITE 50G • KIWI (1 un / 80G)	• SUCO POLPA DE UVA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G	• SUCO POLPA DE MORANGO 200ML • PÃO FATIADO SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G	• SUCO POLPA DE ABACAXI 200ML • BOLO DE BANANA E CANELA SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 10,78 Lipídios (g): 12,63 Carboidrato (g): 117,42 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 90,73 Vitamina C (mg): 256,97 Energia (Kcal): 619,90					

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 MARACUJÁ 200ML • PÃO FATIADO SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G	• VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE SOJA 180ML • BISCOITO DE POLVILHO SALGADO SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • LARANJA (1 un / 100G)	• IOGURTE DE SOJA SABOR MORANGO 180ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 50G • BANANA (1 un / 130G)	• LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO 190ML • PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G	• SUCO POLPA DE LARANJA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G	• SUCO POLPA DE ABACAXI 200ML • BOLO DE BANANA E CANELA SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G
INTEGRAL TARDE	• SUCO POLPA DE MARACUJÁ 200ML • PÃO FATIADO SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G	• VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE SOJA 180ML • BISCOITO DE POLVILHO SALGADO SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • LARANJA (1 un / 100G)	• IOGURTE DE SOJA SABOR MORANGO 180ML • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 50G • BANANA (1 un / 130G)	• LEITE DE SOJA COM AROMA DE COCO 190ML • PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G	• SUCO POLPA DE LARANJA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G	• SUCO POLPA DE ABACAXI 200ML • BOLO DE BANANA E CANELA SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 13,22 Lipídios (g): 10,67 Carboidrato (g): 115,33 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 35,49 Vitamina C (mg): 24,59 Energia (Kcal): 596,73					

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 MARACUJÁ 200ML • PÃO FATIADO SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G	• SUCO POLPA DE GOIABA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G	• VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE SOJA 180ML • BISCOITO DOCE SEM GLÚTEN E LEITE 50G • KIWI (1 un / 80G)	• SUCO POLPA DE UVA 200ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • LARANJA (1 un / 100G)	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
INTEGRAL TARDE	• SUCO POLPA DE MARACUJÁ 200ML • PÃO FATIADO SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G	• SUCO POLPA DE GOIABA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G	• VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE SOJA 180ML • BISCOITO DOCE SEM GLÚTEN E LEITE 50G • KIWI (1 un / 80G)	• SUCO POLPA DE UVA 200ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • LARANJA (1 un / 100G)	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 8,93 Lipídios (g): 14,07 Carboidrato (g): 120,32 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 42,08 Vitamina C (mg): 77,33 Energia (Kcal): 636,43					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 11,23 Lipídios (g): 12,25 Carboidrato (g): 117,36 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 57,85 Vitamina C (mg): 124,92 Energia (Kcal): 615,35					