

Observações						
AS SALADAS DEVEM SER SEM LIMÃO E VINAGRE.						
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
REGULAR MANHÃ	• SUCO POLPA DE MAÇÃ 200ML • SANDUÍCHE NATURAL SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E TOMATE 100G	• RISOTO DE FRANGO E BRÓCOLIS (RESTRIÇÃO) 150G • PÊSSEGO (1 un / 80G)	• MOLHO DE CARNE COM VAGEM (RESTRIÇÃO) 50G • MELANCIA FATIADA 150G • MACARRÃO PARAFUSO 100G	• SUCO POLPA DE UVA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS (RESTRIÇÃO) 50G	• IOGURTE DE SOJA SABOR MORANGO 180ML • FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • BANANA (1 un / 130G)	• SUCO POLPA DE MANGA 200ML • BOLO DE BANANA E CANELA SEM LEITE 50G
REGULAR TARDE	• SUCO POLPA DE MAÇÃ 200ML • SANDUÍCHE NATURAL SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E TOMATE 100G	• RISOTO DE FRANGO E BRÓCOLIS (RESTRIÇÃO) 150G • PÊSSEGO (1 un / 80G)	• MOLHO DE CARNE COM VAGEM (RESTRIÇÃO) 50G • MELANCIA FATIADA 150G • MACARRÃO PARAFUSO 100G	• SUCO POLPA DE UVA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS (RESTRIÇÃO) 50G	• IOGURTE DE SOJA SABOR MORANGO 180ML • FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • BANANA (1 un / 130G)	• SUCO POLPA DE MANGA 200ML • BOLO DE BANANA E CANELA SEM LEITE 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 22,48 Lipídios (g): 8,80 Carboidrato (g): 121,71 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 169,63 Vitamina C (mg): 19,54 Energia (Kcal): 646,67					

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
REGULAR MANHÃ	• SUCO POLPA DE GOIABA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G	• POLENTA 100G • MOLHO DE CARNE E CHUCHU (RESTRIÇÃO) 50G • PÊSSEGO (1 un / 80G)	• ARROZ 100G • ISCAS DE CARNE E CENOURA (RESTRIÇÃO) 60G • MELANCIA FATIADA 150G	• SAGU DE UVA 150G • CREME DE LEITE DE SOJA 20G • BANANA (1 un / 130G)	• SUCO POLPA DE MANGA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G	• SUCO POLPA DE MANGA 200ML • BOLO DE BANANA E CANELA SEM LEITE 50G
REGULAR TARDE	• SUCO POLPA DE GOIABA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G	• POLENTA 100G • MOLHO DE CARNE E CHUCHU (RESTRIÇÃO) 50G • PÊSSEGO (1 un / 80G)	• ARROZ 100G • ISCAS DE CARNE E CENOURA (RESTRIÇÃO) 60G • MELANCIA FATIADA 150G	• SAGU DE UVA 150G • CREME DE LEITE DE SOJA 20G • BANANA (1 un / 130G)	• SUCO POLPA DE MANGA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G	• SUCO POLPA DE MANGA 200ML • BOLO DE BANANA E CANELA SEM LEITE 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 28,91 Lipídios (g): 9,93 Carboidrato (g): 110,52 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 109,51 Vitamina C (mg): 27,16 Energia (Kcal): 636,50					

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
REGULAR MANHÃ	• CANJICA COM LEITE DE SOJA 200G • BANANA (1 un / 130G)	• SUCO POLPA DE MANGA 200ML • PÃO DE AVEIA SEM LEITE 50G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS (RESTRIÇÃO) 50G	• MACARRÃO PARAFUSO COLORIDO 100G • CARNE MOÍDA COM CENOURA (RESTRIÇÃO) 60G • MELÃO FATIADO 150G	• SUCO POLPA DE MANGA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
REGULAR TARDE	• CANJICA COM LEITE DE SOJA 200G • BANANA (1 un / 130G)	• SUCO POLPA DE MANGA 200ML • PÃO DE AVEIA SEM LEITE 50G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS (RESTRIÇÃO) 50G	• MACARRÃO PARAFUSO COLORIDO 100G • CARNE MOÍDA COM CENOURA (RESTRIÇÃO) 60G • MELÃO FATIADO 150G	• SUCO POLPA DE MANGA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 35,36 Lipídios (g): 10,27 Carboidrato (g): 124,97 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 4537,55 Vitamina C (mg): 37,66 Energia (Kcal): 721,15					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 28,11 Lipídios (g): 9,59 Carboidrato (g): 118,33 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 1239,07 Vitamina C (mg): 26,92 Energia (Kcal): 661,48					