

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 DIET 190ML CAR 19,27 • CHINEQUE DE UVA DIET 60G CAR 34,02
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 13,28 Lipídios (g): 6,11 Carboidrato (g): 53,29 Cálcio (mg): 317,81 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 109,38 Vitamina C (mg): 0,00 Energia (Kcal): 307,60					

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	• LEITE DESNATADO COM CHOCOLATE EM PÓ DIET 190ML CAR 19,27 • PÃO DE AVEIA (1 un / 50G) CAR 29,79 • REQUEIJÃO LIGHT 15G CAR 0,00	• LEITE DESNATADO COM AROMA DE BAUNILHA DIET 190ML CAR 11,78 • PÃO INTEGRAL FATIADO 50G CAR 24,97 • REQUEIJÃO LIGHT 15G CAR 0,00	• VITAMINA DE BANANA DIET COM LEITE DESNATADO 180ML CAR 20,22 • CHINEQUE DE GOIABADA DIET 60G CAR 36,05	• CHÁ DE CAMOMILA DIET 190ML CAR 0,14 • PÃO DE CENTEIO (1 un / 50G) CAR 24,15 • REQUEIJÃO LIGHT 15G CAR 0,00 • MAMÃO FATIADO 85G CAR 8,77	• IOGURTE DE MORANGO DESNATADO DIET 180G CAR 16,02 • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 50G CAR 43,50 • BANANA (1 un / 130G) CAR 18,64	• LEITE DESNATADO COM CHOCOLATE EM PÓ DIET 190ML CAR 19,27 • CHINEQUE DE UVA DIET 60G CAR 34,02
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 12,30 Lipídios (g): 6,58 Carboidrato (g): 51,10 Cálcio (mg): 290,07 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 115,94 Vitamina C (mg): 15,36 Energia (Kcal): 290,98					

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 CAMOMILA DIET 190ML CAR 0,14 ● PÃO DE AVEIA (1 un / 50G) CAR 29,79 ● REQUEIJÃO LIGHT 15G CAR 0,00	● VITAMINA DE MORANGO DIET COM LEITE DESNATADO 180ML CAR 16,35 ● BISCOITO DE POLVILHO SALGADO 50G CAR 19,19 ● MAÇÃ (1 un / 100G) CAR 12,06	● CHÁ DE CAPIM LIMÃO DIET 190ML CAR 0,14 ● PÃO INTEGRAL FATIADO 50G CAR 24,97 ● REQUEIJÃO LIGHT 15G CAR 0,00	● LEITE DESNATADO COM AROMA DE COCO DIET 190ML CAR 11,78 ● BOLO DE MAÇÃ, AVEIA E CANELA DIET 50G CAR 29,24 ● BANANA (1 un / 130G) CAR 18,64	● LEITE DESNATADO COM CHOCOLATE EM PÓ DIET 190ML CAR 19,27 ● PÃO DE CENTEIO (1 un / 50G) CAR 24,15 ● REQUEIJÃO LIGHT 15G CAR 0,00	● LEITE DESNATADO COM CHOCOLATE EM PÓ DIET 190ML CAR 19,27 ● CHINEQUE DE UVA DIET 60G CAR 34,02
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 11,74 Lipídios (g): 7,35 Carboidrato (g): 43,17 Cálcio (mg): 283,70 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 3192,48 Vitamina C (mg): 1,07 Energia (Kcal): 280,14					

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	• LEITE DESNATADO COM CHOCOLATE EM PÓ DIET 190ML CAR 19,27 • PÃO DE CENTEIO (1 un / 50G) CAR 24,15 • REQUEIJÃO LIGHT 15G CAR 0,00	• CHÁ DE CAMOMILA DIET 190ML CAR 0,14 • PÃO DE AVEIA (1 un / 50G) CAR 29,79 • REQUEIJÃO LIGHT 15G CAR 0,00 • MAÇÃ (1 un / 100G) CAR 12,06	• LEITE DESNATADO COM AROMA DE BAUNILHA DIET 190ML CAR 11,78 • BISCOITO SEQUILHOS DIET, SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G CAR 40,00 • BANANA (1 un / 130G) CAR 18,64	• VITAMINA DE MARACUJÁ DIET COM LEITE DESNATADO 180ML CAR 18,04 • PÃO INTEGRAL FATIADO 50G CAR 24,97 • REQUEIJÃO LIGHT 15G CAR 0,00	• LEITE DESNATADO 190ML CAR 11,67 • CHINEQUE DE UVA DIET 60G CAR 34,02	• LEITE DESNATADO COM CHOCOLATE EM PÓ DIET 190ML CAR 19,27 • CHINEQUE DE UVA DIET 60G CAR 34,02
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 12,03 Lipídios (g): 4,75 Carboidrato (g): 49,64 Cálcio (mg): 315,16 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 79,11 Vitamina C (mg): 1,79 Energia (Kcal): 279,27					

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	● CHÁ DE HORTELÃ DIET 190ML CAR 0,14 ● PÃO DE CENTEIO (1 un / 50G) CAR 24,15 ● MAÇÃ (1 un / 100G) CAR 12,06 ● REQUEIJÃO LIGHT 15G CAR 0,00	● VITAMINA DE MANGA DIET COM LEITE DESNATADO 180ML CAR 19,94 ● PÃO DE CENTEIO (1 un / 50G) CAR 24,15 ● REQUEIJÃO LIGHT 15G CAR 0,00	● LEITE DESNATADO COM CHOCOLATE EM PÓ DIET 190ML CAR 19,27 ● PÃO INTEGRAL FATIADO 50G CAR 24,97 ● REQUEIJÃO LIGHT 15G CAR 0,00	● LEITE DESNATADO COM AROMA DE COCO DIET 190ML CAR 11,78 ● BOLO DE LARANJA DIET 50G CAR 25,25	● LEITE DESNATADO 190ML CAR 11,67 ● BISCOITO COOKIES INTEGRAIS DIET 50G CAR 23,33 ● BANANA (1 un / 130G) CAR 18,64	● LEITE DESNATADO COM CHOCOLATE EM PÓ DIET 190ML CAR 19,27 ● CHINEQUE DE UVA DIET 60G CAR 34,02
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 12,70 Lipídios (g): 5,71 Carboidrato (g): 44,77 Cálcio (mg): 329,48 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 70,99 Vitamina C (mg): 4,17 Energia (Kcal): 273,47					

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	● LEITE DESNATADO COM CHOCOLATE EM PÓ DIET 190ML CAR 19,27 ● PÃO INTEGRAL FATIADO 50G CAR 24,97 ● REQUEIJÃO LIGHT 15G CAR 0,00					
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 15,05 Lipídios (g): 3,88 Carboidrato (g): 44,24 Cálcio (mg): 429,78 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 68,04 Vitamina C (mg): 0,00 Energia (Kcal): 264,10					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 12,34 Lipídios (g): 6,01 Carboidrato (g): 47,29 Cálcio (mg): 309,93 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 804,94 Vitamina C (mg): 5,17 Energia (Kcal): 281,34					