

Observações						
DIETA ISENTA DE PREPARAÇÕES COM CACAU E MILHO.						
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
REGULAR MANHÃ		• ARROZ 100G • ISCAS DE FRANGO E CENOURA 60G • LARANJA (1 un / 100G)	• SUCO POLPA DE UVA 180ML • PÃO DE ABÓBORA (1 un / 50G) • CARNE MOÍDA REFOGADA COM TOMATE 60G	• MACARRÃO PARAFUSO 100G • MOLHO DE CARNE E CHUCHU 50G • BANANA (1 un / 130G)	• VITAMINA DE MORANGO 160ML • CHINEQUE DE UVA (1 un / 60G)	• LEITE 190ML • BOLO DE CENOURA (1 un / 50G)
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 14,87 Lipídios (g): 8,64 Carboidrato (g): 54,28 Energia (Kcal): 353,15					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 07/09	Terça-Feira, 08/09	Quarta-Feira, 09/09	Quinta-Feira, 10/09	Sexta-Feira, 11/09	Sábado, 12/09
REGULAR MANHÃ	FERIADO - INDEPENDÊNCIA DO BRASIL	FERIADO - NOSSA SENHORA DA LUZ DOS PINHAIS	• SUCO POLPA DE GOIABA 180ML • PÃO INTEGRAL FATIADO 50G • PATÊ DE FRANGO 30G • ALFACE CRESPA (FOLHA) 10G	• MACARRÃO PARAFUSO 100G • BOLINHO DE CARNE AO SUGO 70G • MELÃO FATIADO 150G	• SUCO POLPA DE MARACUJÁ 180ML • BOLO DE CENOURA (1 un / 50G)	• LEITE 190ML • BOLO DE CENOURA (1 un / 50G)
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 13,20 Lipídios (g): 10,33 Carboidrato (g): 55,80 Energia (Kcal): 362,07					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 14/09	Terça-Feira, 15/09	Quarta-Feira, 16/09	Quinta-Feira, 17/09	Sexta-Feira, 18/09	Sábado, 19/09
REGULAR MANHÃ	• SAGU DE UVA 150G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• ARROZ 100G • ISCAS DE FRANGO REFOGADAS COM BRÓCOLIS 60G • LARANJA (1 un / 100G)	• SUCO POLPA DE MANGA 180ML • PÃO DE BATATA (1 un / 50G) • FRANGO PARA PÃO COM TOMATE 60G	• MACARRÃO PARAFUSO 100G • CARNE MOÍDA REFOGADA COM TOMATE 60G • MELÃO FATIADO 150G	• SUCO POLPA DE ABACAXI 180ML • PÃO DE HAMBÚRGUER (1 un / 50G) • HAMBÚRGUER BOVINO ASSADO (1 un / 42G) • QUEIJO (10) (1 un / 10G) • ALFACE CRESPA (FOLHA) 10G	• LEITE 190ML • BOLO DE CENOURA (1 un / 50G)
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 15,17 Lipídios (g): 6,47 Carboidrato (g): 47,51 Energia (Kcal): 305,64					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 21/09	Terça-Feira, 22/09	Quarta-Feira, 23/09	Quinta-Feira, 24/09	Sexta-Feira, 25/09	Sábado, 26/09
REGULAR MANHÃ	• SUCO POLPA DE GOIABA 180ML • PÃO DE AVEIA (1 un / 50G) • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G	• SUCO POLPA DE UVA 180ML • PÃO INTEGRAL FATIADO 50G • PATÊ DE FRANGO 30G • ALFACE CRESPA (FOLHA) 10G	• MACARRÃO PARAFUSO 100G • MOLHO DE FRANGO E CENOURA 50G • LARANJA (1 un / 100G)	• IOGURTE DE MORANGO 180G • BISCOITO DE LEITE 50G • BANANA (1 un / 130G)	• ARROZ 100G • BOLINHO DE CARNE AO SUGO 70G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• LEITE 190ML • BOLO DE CENOURA (1 un / 50G)
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 15,24 Lipídios (g): 8,42 Carboidrato (g): 56,69 Energia (Kcal): 359,49					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 28/09	Terça-Feira, 29/09	Quarta-Feira, 30/09	Quinta-Feira, 01/10	Sexta-Feira, 02/10	Sábado, 03/10
REGULAR MANHÃ	• SUCO POLPA DE MORANGO 180ML • PÃO DE LEITE (1 un / 50G) • FRANGO PARA PÃO COM TOMATE 60G	• SAGU DE UVA 150G • CREME DE LEITE 20G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• SUCO POLPA DE MARACUJÁ 180ML • PÃO DE HAMBÚRGUER (1 un / 50G) • HAMBÚRGUER BOVINO ASSADO (1 un / 42G) • QUEIJO (10) (1 un / 10G) • TOMATE (RODELA) 15G			
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 14,63 Lipídios (g): 6,16 Carboidrato (g): 47,46 Energia (Kcal): 299,80					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 14,73 Lipídios (g): 8,01 Carboidrato (g): 52,59 Energia (Kcal): 337,68					