

Observações						
OBSERVAÇÃO: ALIMENTOS E PREPARAÇÕES NÃO PODEM CONTER GLUTÉN/TRAÇOS DE GLÚTEN. TODOS OS UTENSÍLIOS UTILIZADOS, INCLUINDO ESPONJA, DEVEM SER IDENTIFICADOS, ARMAZENADOS E HIGIENIZADOS SEPARADAMENTE.						
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	• SUCO POLPA DE MORANGO 200ML • PÃO FATIADO SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G	• LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BISCOITO COOKIES INTEGRAIS DIET, SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• SUCO POLPA DE MANGA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 43G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G	• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 43G • MARGARINA SEM LEITE 10G	• SUCO POLPA DE ACEROLA 200ML • BOLO DE CENOURA SEM GLÚTEN, LEITE E SEM OVOS 50G • MAMÃO FATIADO 85G	• SUCO POLPA DE ABACAXI 200ML • BOLO DE BANANA E CANELA SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G
INTEGRAL TARDE	• SUCO POLPA DE MORANGO 200ML • PÃO FATIADO SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G	• LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BISCOITO COOKIES INTEGRAIS DIET, SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• SUCO POLPA DE MANGA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 43G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G	• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 43G • MARGARINA SEM LEITE 10G	• SUCO POLPA DE ACEROLA 200ML • BOLO DE CENOURA SEM GLÚTEN, LEITE E SEM OVOS 50G • MAMÃO FATIADO 85G	• SUCO POLPA DE ABACAXI 200ML • BOLO DE BANANA E CANELA SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 12,15 Lipídios (g): 16,29 Carboidrato (g): 119,78 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 118,68 Vitamina C (mg): 246,37 Energia (Kcal): 661,03					

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 LARANJA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 43G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G	• IOGURTE DE SOJA SABOR MORANGO 180ML • FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • BANANA (1 un / 130G)	• VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE SOJA 180ML • BISCOITO DE POLVILHO SALGADO SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• SUCO POLPA DE MAÇÃ 200ML • PÃO FATIADO SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G	• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 43G • MARGARINA SEM LEITE 10G	• SUCO POLPA DE ABACAXI 200ML • BOLO DE BANANA E CANELA SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G
INTEGRAL TARDE	• SUCO POLPA DE LARANJA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 43G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G	• IOGURTE DE SOJA SABOR MORANGO 180ML • FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • BANANA (1 un / 130G)	• VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE SOJA 180ML • BISCOITO DE POLVILHO SALGADO SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• SUCO POLPA DE MAÇÃ 200ML • PÃO FATIADO SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G	• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 43G • MARGARINA SEM LEITE 10G	• SUCO POLPA DE ABACAXI 200ML • BOLO DE BANANA E CANELA SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 12,98 Lipídios (g): 13,73 Carboidrato (g): 119,59 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 10,16 Vitamina C (mg): 5,06 Energia (Kcal): 636,55					

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 GOIABA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 43G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G	• VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE SOJA 180ML • BISCOITO SEQUILHOS DIET, SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• SUCO POLPA DE UVA 200ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • PÊSSEGO (1 un / 80G)	• SUCO POLPA DE MARACUJÁ 200ML • PÃO FATIADO SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
INTEGRAL TARDE	• SUCO POLPA DE GOIABA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 43G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G	• VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE SOJA 180ML • BISCOITO SEQUILHOS DIET, SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• SUCO POLPA DE UVA 200ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • PÊSSEGO (1 un / 80G)	• SUCO POLPA DE MARACUJÁ 200ML • PÃO FATIADO SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 7,08 Lipídios (g): 12,93 Carboidrato (g): 123,88 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 41,08 Vitamina C (mg): 24,65 Energia (Kcal): 620,06					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 11,20 Lipídios (g): 14,49 Carboidrato (g): 120,73 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 58,59 Vitamina C (mg): 100,45 Energia (Kcal): 641,61					