

Observações						
OBSERVAÇÃO: ENVIAR TODOS OS ALIMENTOS SEPARADOS, INCLUSIVE OS RECHEIOS DOS PÃES.						
Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 29/06	Terça-Feira, 30/06	Quarta-Feira, 01/07	Quinta-Feira, 02/07	Sexta-Feira, 03/07	Sábado, 04/07
REGULAR TARDE			• SUCO POLPA DE MARACUJÁ DIET 200ML • PÃO DE AVEIA (1 un / 50G) • FRANGO REFOGADO PARA PÃO (DIETA) 60G	• MACARRÃO PARAFUSO (DIETA) 100G • ISCAS DE FRANGO REFOGADAS (DIETA) 50G • BANANA (1 un / 130G)	• VITAMINA DE MORANGO DIET COM LEITE DESNATADO 180ML • FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • LARANJA (1 un / 100G)	• LEITE DESNATADO 190ML • BOLO DE CHOCOLATE DIET 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 18,38 Lipídios (g): 5,48 Carboidrato (g): 58,02 Cálcio (mg): 208,63 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 71,78 Vitamina C (mg): 17,58 Energia (Kcal): 352,10					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 06/07	Terça-Feira, 07/07	Quarta-Feira, 08/07	Quinta-Feira, 09/07	Sexta-Feira, 10/07	Sábado, 11/07
REGULAR TARDE	• SUCO POLPA DE MARACUJÁ DIET 200ML • PÃO DE LEITE (1 un / 50G) • CARNE MOÍDA REFOGADA (DIETA) 60G	• MACARRÃO PARAFUSO (DIETA) 100G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS (DIETA) 50G • BANANA (1 un / 130G)	• MACARRÃO PARAFUSO (DIETA) 100G • LARANJA (1 un / 100G) • PEITO DE FRANGO GRELHADO (1 un / 60G)	• SUCO POLPA DE UVA DIET 200ML • MAÇÃ (1 un / 100G) • BOLO DE CHOCOLATE DIET 50G	• SUCO POLPA DE MORANGO DIET 200ML • FRANGO REFOGADO PARA PÃO (DIETA) 60G • PÃO FRANCÊS 50G	• LEITE DESNATADO 190ML • BOLO DE CHOCOLATE DIET 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 19,10 Lipídios (g): 7,40 Carboidrato (g): 52,34 Cálcio (mg): 105,85 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 46,79 Vitamina C (mg): 12,13 Energia (Kcal): 349,93					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 13/07	Terça-Feira, 14/07	Quarta-Feira, 15/07	Quinta-Feira, 16/07	Sexta-Feira, 17/07	Sábado, 18/07
REGULAR TARDE	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal						

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 20/07	Terça-Feira, 21/07	Quarta-Feira, 22/07	Quinta-Feira, 23/07	Sexta-Feira, 24/07	Sábado, 25/07
REGULAR TARDE	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal						

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
REGULAR TARDE	RECESSO	• MACARRÃO PARAFUSO (DIETA) 100G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS (DIETA) 50G • BANANA (1 un / 130G)	• IOGURTE DE MORANGO DESNATADO DIET 180G • FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • BANANA (1 un / 130G)	• SUCO POLPA DE LARANJA DIET 200ML • PÃO DE LEITE (1 un / 50G) • HAMBÚRGUER DE CARNE MOÍDA (DIETA) 60G • QUEIJO (10) (1 un / 10G) • TOMATE (RODELA) 15G	• SUCO POLPA DE MARACUJÁ DIET 200ML • PÃO DE AVEIA (1 un / 50G) • FRANGO REFOGADO PARA PÃO (DIETA) 60G	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 20,03 Lipídios (g): 7,17 Carboidrato (g): 60,56 Cálcio (mg): 104,05 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 115,94 Vitamina C (mg): 12,90 Energia (Kcal): 360,93					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 19,16 Lipídios (g): 6,79 Carboidrato (g): 56,31 Cálcio (mg): 134,70 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 73,69 Vitamina C (mg): 13,91 Energia (Kcal): 353,69					