

Observações						
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
NOTURNO	• RISOTO INTEGRAL DE FRANGO E BRÓCOLIS G/NOT (DIETA) 300G • MELANCIA FATIADA 150G	• MAÇÃ (1 un / 100G) • MACARRÃO PARAFUSO INTEGRAL G/NOT (DIETA) 180G • MOLHO DE CARNE E ABOBRINHA G/NOT (DIETA) 120G	• QUIRERA G/NOT (DIETA) 180G • CARNE MOÍDA, CENOURA E TOMATE REFOGADA (DIETA) G/NOT 80G • BANANA (1 un / 130G)	• MOLHO DE FRANGO E VAGEM G/NOT (DIETA) 120G • PÊSSEGO (1 un / 80G) • MACARRÃO PARAFUSO INTEGRAL G/NOT (DIETA) 180G	• SUCO POLPA DE UVA DIET 200ML • PÃO DE AVEIA G/NOT (1 un / 75G) • ISCAS DE CARNE E TOMATE 60G	• SUCO POLPA DE ABACAXI DIET 200ML • BOLO DE BANANA E CANELA DIET G/NOT 100G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 27,30 Lipídios (g): 9,48 Carboidrato (g): 70,22 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 79,44 Vitamina C (mg): 11,01 Energia (Kcal): 462,69					

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
NOTURNO	• ARROZ INTEGRAL G/NOT (DIETA) 180G • BOLINHO DE CARNE AO SUGO G/NOT (DIETA) 120G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• POLENTA G/NOT (DIETA) 180G • MOLHO DE FRANGO E CHUCHU G/NOT (DIETA) 120G • MELANCIA FATIADA 150G	• MACARRÃO PARAFUSO INTEGRAL G/NOT (DIETA) 180G • MOLHO DE CARNE E BRÓCOLIS G/NOT (DIETA) 120G • BANANA (1 un / 130G)	• SUCO POLPA DE MANGA DIET 200ML • PÃO DE AVEIA G/NOT (1 un / 75G) • FRANGO PARA PÃO COM TOMATE G/NOT (DIETA) 120G	• SUCO POLPA DE ACEROLA DIET 200ML • PÃO DE CENTEIO G/NOT (1 un / 75G) • FRANGO PARA PÃO COM TOMATE G/NOT (DIETA) 120G	• SUCO POLPA DE ABACAXI DIET 200ML • BOLO DE BANANA E CANELA DIET G/NOT 100G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 35,14 Lipídios (g): 10,63 Carboidrato (g): 69,59 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 136,64 Vitamina C (mg): 124,21 Energia (Kcal): 502,44					

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
NOTURNO	• SUCO POLPA DE ABACAXI DIET 200ML • PÃO DE AVEIA G/NOT (1 un / 75G) • ISCAS DE CARNE E TOMATE 60G	• POLENTA G/NOT (DIETA) 180G • MOLHO DE FRANGO E ABOBRINHA G/NOT (DIETA) 120G • PÊSSEGO (1 un / 80G)	• RISOTO INTEGRAL DE FRANGO E BRÓCOLIS G/NOT (DIETA) 300G • AMEIXA (1 un / 42G)	• MACARRÃO PARAFUSO INTEGRAL G/NOT (DIETA) 180G • CARNE MOÍDA, CENOURA E TOMATE REFOGADA (DIETA) G/NOT 80G • LARANJA (1 un / 100G)	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 27,06 Lipídios (g): 6,09 Carboidrato (g): 58,68 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 71,48 Vitamina C (mg): 22,79 Energia (Kcal): 391,16					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 30,18 Lipídios (g): 9,07 Carboidrato (g): 67,10 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 98,90 Vitamina C (mg): 56,41 Energia (Kcal): 459,71					