

Observações						
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		• SOPA DE FEIJÃO COM CARNE, BATATA E MACARRÃO SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA 150G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• ARROZ 100G • ISCAS DE FRANGO E CENOURA 60G • LARANJA (1 un / 100G)	• VITAMINA DE MORANGO 160ML • CHINEQUE DE GOIABADA SEM OVOS 60G	• POLENTA 100G • MOLHO DE CARNE E CHUCHU 50G • BANANA (1 un / 130G)	• LEITE 190ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM OVOS 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 12,95 Lipídios (g): 8,66 Carboidrato (g): 47,76 Energia (Kcal): 317,01					

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 MARACUJÁ 180ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM OVOS 50G	• SUCO POLPA DE GOIABA 180ML • PÃO FATIADO SEM OVOS 50G • PATÊ DE FRANGO 30G • ALFACE CRESPA (FOLHA) 10G	• MACARRÃO SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA 100G • ISCAS DE CARNE E TOMATE 60G • MELÃO FATIADO 150G	• LEITE 190ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM OVOS 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 9,70 Lipídios (g): 10,96 Carboidrato (g): 51,83 Energia (Kcal): 340,94					

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	• SUCO POLPA DE ABACAXI 180ML • PÃO FRANCÊS SEM OVOS 50G • CARNE MOÍDA REFOGADA 60G • QUEIJO (10) (1 un / 10G) • ALFACE CRESPA (FOLHA) 10G	• CANJICA 200G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• ARROZ 100G • ISCAS DE FRANGO REFOGADAS COM BRÓCOLIS 60G • LARANJA (1 un / 100G)	• SUCO POLPA DE MANGA 180ML • PÃO FRANCÊS SEM OVOS 50G • FRANGO PARA PÃO COM TOMATE 60G	• MACARRÃO SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA 100G • CARNE MOÍDA REFOGADA COM TOMATE 60G • MELÃO FATIADO 150G	• LEITE 190ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM OVOS 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 15,17 Lipídios (g): 8,16 Carboidrato (g): 49,44 Energia (Kcal): 330,05					

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	• ARROZ 100G • ISCAS DE CARNE E TOMATE 60G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• IOGURTE DE COCO 180ML • FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • BANANA (1 un / 130G)	• SUCO POLPA DE MORANGO 180ML • PÃO FATIADO SEM OVOS 50G • PATÊ DE FRANGO 30G • ALFACE CRESPA (FOLHA) 10G	• POLENTA 100G • MOLHO DE FRANGO E CENOURA 50G • LARANJA (1 un / 100G)	• SUCO POLPA DE GOIABA 180ML • PÃO FRANCÊS SEM OVOS 50G • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G	• LEITE 190ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM OVOS 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 12,49 Lipídios (g): 7,21 Carboidrato (g): 52,93 Energia (Kcal): 325,13					

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	• CANJICA 200G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• SUCO POLPA DE MARACUJÁ 180ML • PÃO FRANCÊS SEM OVOS 50G • CARNE MOÍDA REFOGADA 60G • QUEIJO (10) (1 un / 10G) • TOMATE (RODELA) 15G	• ARROZ 100G • ISCAS DE CARNE AO SUGO 50G • BANANA (1 un / 130G)			
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 15,76 Lipídios (g): 7,45 Carboidrato (g): 57,00 Energia (Kcal): 357,09					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 13,20 Lipídios (g): 8,40 Carboidrato (g): 51,30 Energia (Kcal): 331,30					