

Observações						
Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 02/03	Terça-Feira, 03/03	Quarta-Feira, 04/03	Quinta-Feira, 05/03	Sexta-Feira, 06/03	Sábado, 07/03
REGULAR MANHÃ	<ul style="list-style-type: none"> <li>SUCO POLPA DE MARACUJÁ 180ML</li> <li><b>SANDUÍCHE NATURAL SEM LEITE 100G</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>MACARRÃO PARAFUSO 100G</li> <li>BOLINHO DE CARNE AO SUGO 70G</li> <li>MELÃO FATIADO 150G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>SAGU DE UVA 150G</li> <li><b>CREME DE LEITE DE SOJA 20G</b></li> <li>BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>SUCO POLPA DE ACEROLA 180ML</li> <li><b>PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</b></li> <li>ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 50G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>BATATA REFOGADA 100G</li> <li>ISCAS DE CARNE E BRÓCOLIS 60G</li> <li><b>MAÇÃ (1 un / 100G)</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>SUCO POLPA DE MARACUJÁ 180ML</li> <li><b>CHINEQUE DE UVA SEM LEITE 60G</b></li> </ul>
REGULAR TARDE	<ul style="list-style-type: none"> <li>SUCO POLPA DE MARACUJÁ 180ML</li> <li><b>SANDUÍCHE NATURAL SEM LEITE 100G</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>MACARRÃO PARAFUSO 100G</li> <li>BOLINHO DE CARNE AO SUGO 70G</li> <li>MELÃO FATIADO 150G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>SAGU DE UVA 150G</li> <li><b>CREME DE LEITE DE SOJA 20G</b></li> <li>BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>SUCO POLPA DE ACEROLA 180ML</li> <li><b>PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</b></li> <li>ISCAS DE FRANGO REFOGADAS 50G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>BATATA REFOGADA 100G</li> <li>ISCAS DE CARNE E BRÓCOLIS 60G</li> <li><b>MAÇÃ (1 un / 100G)</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>SUCO POLPA DE MARACUJÁ 180ML</li> <li><b>CHINEQUE DE UVA SEM LEITE 60G</b></li> </ul>
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 26,17 Lipídios (g): 8,70 Carboidrato (g): 109,18 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 221,88 Vitamina C (mg): 224,23 Energia (Kcal): 611,01					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 09/03	Terça-Feira, 10/03	Quarta-Feira, 11/03	Quinta-Feira, 12/03	Sexta-Feira, 13/03	Sábado, 14/03
REGULAR MANHÃ	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MACARRÃO PARAFUSO 100G</li> <li>• ISCAS DE CARNE E ABOBRINHA 60G</li> <li>• PERA 100G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML</b></li> <li>• <b>FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G</b></li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE MANGA 180ML</li> <li>• <b>PÃO DE AVEIA SEM LEITE 50G</b></li> <li>• FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 100G</li> <li>• ISCAS DE FRANGO E CENOURA 60G</li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE GOIABA 180ML</li> <li>• <b>PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</b></li> <li>• CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE MARACUJÁ 180ML</li> <li>• <b>CHINEQUE DE UVA SEM LEITE 60G</b></li> </ul>
REGULAR TARDE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MACARRÃO PARAFUSO 100G</li> <li>• ISCAS DE CARNE E ABOBRINHA 60G</li> <li>• PERA 100G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML</b></li> <li>• <b>FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G</b></li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE MANGA 180ML</li> <li>• <b>PÃO DE AVEIA SEM LEITE 50G</b></li> <li>• FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 100G</li> <li>• ISCAS DE FRANGO E CENOURA 60G</li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE GOIABA 180ML</li> <li>• <b>PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</b></li> <li>• CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE MARACUJÁ 180ML</li> <li>• <b>CHINEQUE DE UVA SEM LEITE 60G</b></li> </ul>
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 29,42 Lipídios (g): 8,97 Carboidrato (g): 121,82 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 72,86 Vitamina C (mg): 35,58 Energia (Kcal): 678,46					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 16/03	Terça-Feira, 17/03	Quarta-Feira, 18/03	Quinta-Feira, 19/03	Sexta-Feira, 20/03	Sábado, 21/03
REGULAR MANHÃ	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 100G</li> <li>• CARNE MOÍDA REFOGADA COM TOMATE 60G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE LARANJA 180ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• PATÊ DE FRANGO COM REQUEIJÃO DE SOJA 30G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE MORANGO 180ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• CARNE MOÍDA REFOGADA 60G</li> <li>• ALFACE CRESPA (FOLHA) 10G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MACARRÃO PARAFUSO 100G</li> <li>• ISCAS DE FRANGO REFOGADAS COM BRÓCOLIS 60G</li> <li>• GOIABA (1 un / 80G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• CANJICA COM LEITE DE SOJA 200G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE MARACUJÁ 180ML</li> <li>• CHINEQUE DE UVA SEM LEITE 60G</li> </ul>
REGULAR TARDE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ARROZ 100G</li> <li>• CARNE MOÍDA REFOGADA COM TOMATE 60G</li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE LARANJA 180ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• PATÊ DE FRANGO COM REQUEIJÃO DE SOJA 30G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE MORANGO 180ML</li> <li>• PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</li> <li>• CARNE MOÍDA REFOGADA 60G</li> <li>• ALFACE CRESPA (FOLHA) 10G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MACARRÃO PARAFUSO 100G</li> <li>• ISCAS DE FRANGO REFOGADAS COM BRÓCOLIS 60G</li> <li>• GOIABA (1 un / 80G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• CANJICA COM LEITE DE SOJA 200G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE MARACUJÁ 180ML</li> <li>• CHINEQUE DE UVA SEM LEITE 60G</li> </ul>
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 25,34 Lipídios (g): 9,74 Carboidrato (g): 116,96 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 3016,89 Vitamina C (mg): 31,89 Energia (Kcal): 652,73					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 23/03	Terça-Feira, 24/03	Quarta-Feira, 25/03	Quinta-Feira, 26/03	Sexta-Feira, 27/03	Sábado, 28/03
REGULAR MANHÃ	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE MAÇÃ 180ML</li> <li>• <b>PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</b></li> <li>• CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MOLHO DE FRANGO E CHUCHU 50G</li> <li>• CAQUI (1 un / 120G)</li> <li>• MACARRÃO PARAFUSO 100G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>IOGURTE DE SOJA SABOR MORANGO 180ML</b></li> <li>• <b>FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G</b></li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• BATATA REFOGADA 100G</li> <li>• ISCAS DE CARNE E CENOURA 60G</li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE MARACUJÁ 180ML</li> <li>• <b>SANDUÍCHE NATURAL SEM LEITE 100G</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE MARACUJÁ 180ML</li> <li>• <b>CHINEQUE DE UVA SEM LEITE 60G</b></li> </ul>
REGULAR TARDE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE MAÇÃ 180ML</li> <li>• <b>PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</b></li> <li>• CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MOLHO DE FRANGO E CHUCHU 50G</li> <li>• CAQUI (1 un / 120G)</li> <li>• MACARRÃO PARAFUSO 100G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>IOGURTE DE SOJA SABOR MORANGO 180ML</b></li> <li>• <b>FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G</b></li> <li>• BANANA (1 un / 130G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• BATATA REFOGADA 100G</li> <li>• ISCAS DE CARNE E CENOURA 60G</li> <li>• LARANJA (1 un / 100G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE MARACUJÁ 180ML</li> <li>• <b>SANDUÍCHE NATURAL SEM LEITE 100G</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE MARACUJÁ 180ML</li> <li>• <b>CHINEQUE DE UVA SEM LEITE 60G</b></li> </ul>
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 25,03 Lipídios (g): 7,92 Carboidrato (g): 117,16 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 88,10 Vitamina C (mg): 55,96 Energia (Kcal): 631,98					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 30/03	Terça-Feira, 31/03	Quarta-Feira, 01/04	Quinta-Feira, 02/04	Sexta-Feira, 03/04	Sábado, 04/04
REGULAR MANHÃ	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE TANGERINA 180ML</li> <li>• <b>PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</b></li> <li>• FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MACARRÃO PARAFUSO 100G</li> <li>• ISCAS DE CARNE E TOMATE 60G</li> <li>• PERA 100G</li> </ul>				
REGULAR TARDE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO POLPA DE TANGERINA 180ML</li> <li>• <b>PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G</b></li> <li>• FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MACARRÃO PARAFUSO 100G</li> <li>• ISCAS DE CARNE E TOMATE 60G</li> <li>• PERA 100G</li> </ul>				
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 39,99 Lipídios (g): 10,91 Carboidrato (g): 108,00 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 2,80 Vitamina C (mg): 5,97 Energia (Kcal): 673,26					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 27,53 Lipídios (g): 8,99 Carboidrato (g): 115,64 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 784,77 Vitamina C (mg): 80,69 Energia (Kcal): 645,83					