

Observações						
OBSERVAÇÃO: ENVIAR TODOS OS ALIMENTOS SEPARADOS, INCLUSIVE OS RECHEIOS DOS PÃES. FRUTAS DO CARDÁPIO GERAL PODEM SER OFERTADOS À CRIANÇA/ESTUDANTE SEMPRE QUE TIVER UMA PORÇÃO DISPONÍVEL.						
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
INTEGRAL MANHÃ		• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FATIADO SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G	• BISCOITO SALGADO SEM TRAÇOS DE LEITE 50G • MAÇÃ (1 un / 100G) • SUCO POLPA DE UVA 180ML	• LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • MARGARINA SEM LEITE 7G	• VITAMINA DE BANANA COM LEITE DE SOJA 180ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G	• LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 9,82 Lipídios (g): 8,68 Carboidrato (g): 56,97 Energia (Kcal): 341,53					

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
INTEGRAL MANHÃ	FERIADO - INDEPENDÊNCIA DO BRASIL	FERIADO - NOSSA SENHORA DA LUZ DOS PINHAIS	• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FATIADO SEM LEITE 50G • 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)	• SUCO POLPA DE MANGA 180ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 9,22 Lipídios (g): 5,95 Carboidrato (g): 66,05 Energia (Kcal): 349,80					

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
INTEGRAL MANHÃ	• BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G • MAÇÃ (1 un / 100G) • SUCO POLPA DE UVA 180ML	• CHÁ DE CAMOMILA 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • MARGARINA SEM LEITE 7G	• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FATIADO SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G	• VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE SOJA 180ML • BISCOITO DOCE SEM LEITE 50G • BANANA (1 un / 130G)	• SUCO POLPA DE UVA 180ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G	• LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 8,11 Lipídios (g): 8,17 Carboidrato (g): 60,99 Energia (Kcal): 346,78					

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
INTEGRAL MANHÃ	• SUCO POLPA DE MANGA 180ML • PÃO FATIADO SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G	• LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • MARGARINA SEM LEITE 7G	• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • BISCOITO SEQUILHOS SEM GLÚTEN, LEITE E SOJA 50G • BANANA (1 un / 130G)	• CHÁ DE HORTELÃ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G	• BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G • MAÇÃ (1 un / 100G) • SUCO POLPA DE MORANGO 180ML	• LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM LEITE 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 8,42 Lipídios (g): 8,53 Carboidrato (g): 62,67 Energia (Kcal): 356,17					

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
INTEGRAL MANHÃ	• CHÁ DE CAMOMILA 190ML • PÃO FATIADO SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G	• REQUEIJÃO DE SOJA 15G • SUCO POLPA DE ACEROLA 180ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G	• VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE SOJA 180ML • BISCOITO DOCE SEM LEITE 50G • MAÇÃ (1 un / 100G)			
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 4,79 Lipídios (g): 4,92 Carboidrato (g): 48,90 Energia (Kcal): 259,38					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 8,31 Lipídios (g): 7,59 Carboidrato (g): 59,90 Energia (Kcal): 337,61					