

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		• VITAMINA DE BANANA DIET 180ML • FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• SUCO POLPA DE MORANGO DIET 200ML • PÃO DE AVEIA (1 un / 50G) • HAMBÚRGUER DE CARNE MOÍDA (DIETA) 60G • ALFACE CRESPA (FOLHA) 10G	• LEITE COM AROMA DE COCO DIET 190ML • FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • BANANA (1 un / 130G)	• LEITE 190ML • BOLO DE CENOURA DIET 50G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• LEITE 190ML • BOLO DE CHOCOLATE DIET 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 13,74 Lipídios (g): 10,85 Carboidrato (g): 54,27 Energia (Kcal): 363,76					

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 DIET 200ML • BOLO DE CHOCOLATE DIET 50G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ DIET 190ML • PÃO INTEGRAL FATIADO 50G • REQUEIJÃO LIGHT 15G • MELÃO FATIADO 150G	• IOGURTE DE COCO DESNATADO 180ML • FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • BANANA (1 un / 130G)	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 11,01 Lipídios (g): 7,62 Carboidrato (g): 60,52 Energia (Kcal): 345,50					

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	• LEITE 190ML • CHINEQUE DE GOIABADA DIET 60G • BANANA (1 un / 130G)	• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ DIET 190ML • PÃO DE CENTEIO (1 un / 50G) • MANTEIGA SEM SAL 7G • MAMÃO FATIADO 85G	• VITAMINA DE BANANA DIET 180ML • FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • MELÃO FATIADO 150G	• SAGU DE UVA DIET 150G • CREME DE LEITE DESNATADO DIET 20G • BANANA (1 un / 130G)	• VITAMINA DE MORANGO DIET 180ML • BISCOITO COOKIES INTEGRAIS DIET 50G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• LEITE 190ML • BOLO DE CHOCOLATE DIET 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 10,54 Lipídios (g): 10,30 Carboidrato (g): 53,86 Energia (Kcal): 339,99					

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	• VITAMINA DE MARACUJÁ DIET 180ML • BOLO DE ABACAXI E CANELA DIET 50G • BANANA (1 un / 130G)	• PÃO DE AVEIA (1 un / 50G) • HAMBÚRGUER DE CARNE MOÍDA (DIETA) 60G • ALFACE CRESPA (FOLHA) 10G • ABACAXI 100G • SUCO POLPA DE MORANGO DIET 200ML	• LEITE COM AROMA DE BAUNILHA DIET 190ML • FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • BANANA (1 un / 130G)	• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ DIET 190ML • BISCOITO SEQUILHOS DIET, SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• VITAMINA DE MORANGO DIET 180ML • FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • MAMÃO FATIADO 85G	• LEITE 190ML • BOLO DE CHOCOLATE DIET 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 13,01 Lipídios (g): 10,92 Carboidrato (g): 59,58 Energia (Kcal): 378,05					

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	• LEITE 190ML • BOLO DE CHOCOLATE DIET 50G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• CHÁ DE CAMOMILA DIET 190ML • PÃO INTEGRAL FATIADO 50G • REQUEIJÃO LIGHT 15G • BANANA (1 un / 130G)	• SUCO POLPA DE MORANGO DIET 200ML • BISCOITO DOCE DIET 50G • MELÃO FATIADO 150G			
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 8,62 Lipídios (g): 9,03 Carboidrato (g): 48,91 Energia (Kcal): 292,31					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 11,69 Lipídios (g): 10,07 Carboidrato (g): 55,66 Energia (Kcal): 349,59					