

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
INTEGRAL MANHÃ	• SUCO POLPA DE MORANGO DIET 200ML • PÃO INTEGRAL FATIADO 50G • REQUEIJÃO LIGHT 15G	• LEITE COM AROMA DE BAUNILHA DIET 190ML • BISCOITO COOKIES INTEGRAIS DIET 50G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• SUCO POLPA DE MARACUJÁ DIET 200ML • PÃO DE AVEIA (1 un / 50G) • REQUEIJÃO LIGHT 15G	• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ DIET 190ML • PÃO DE AVEIA (1 un / 50G) • MARGARINA SEM SAL 10G	• SUCO POLPA DE ACEROLA DIET 200ML • CHINEQUE DE GOIABADA DIET 60G • MAMÃO FATIADO 85G	• SUCO POLPA DE ABACAXI DIET 200ML • BOLO DE BANANA E CANELA DIET 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 9,06 Lipídios (g): 8,83 Carboidrato (g): 43,56 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 102,38 Vitamina C (mg): 119,84 Energia (Kcal): 281,38					

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
INTEGRAL MANHÃ	• SUCO POLPA DE LARANJA DIET 200ML • PÃO DE CENTEIO (1 un / 50G) • REQUEIJÃO LIGHT 15G	• IOGURTE DE MORANGO DESNATADO 180G • FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • BANANA (1 un / 130G)	• VITAMINA DE MORANGO DIET 180ML • BISCOITO SEQUILHOS DIET, SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• SUCO POLPA DE ABACAXI DIET 200ML • PÃO INTEGRAL FATIADO 50G • REQUEIJÃO LIGHT 15G	• LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ DIET 190ML • PÃO DE AVEIA (1 un / 50G) • MARGARINA SEM SAL 10G	• SUCO POLPA DE ABACAXI DIET 200ML • BOLO DE ABACAXI E CANELA DIET 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 8,81 Lipídios (g): 7,78 Carboidrato (g): 50,47 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 41,31 Vitamina C (mg): 3,40 Energia (Kcal): 298,43					

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
INTEGRAL MANHÃ	• SUCO POLPA DE MORANGO DIET 200ML • PÃO DE CENTEIO (1 un / 50G) • REQUEIJÃO LIGHT 15G	• VITAMINA DE MORANGO DIET 180ML • BISCOITO SEQUILHOS DIET, SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• SUCO POLPA DE MORANGO DIET 200ML • BOLO DE CHOCOLATE DIET 50G • BANANA (1 un / 130G)	• SUCO POLPA DE MARACUJÁ DIET 200ML • PÃO INTEGRAL FATIADO 50G • REQUEIJÃO LIGHT 15G	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 7,84 Lipídios (g): 7,17 Carboidrato (g): 51,61 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 60,48 Vitamina C (mg): 4,37 Energia (Kcal): 288,85					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 8,66 Lipídios (g): 8,02 Carboidrato (g): 48,17 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 69,00 Vitamina C (mg): 47,31 Energia (Kcal): 289,64					