

Observações						
Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 29/06	Terça-Feira, 30/06	Quarta-Feira, 01/07	Quinta-Feira, 02/07	Sexta-Feira, 03/07	Sábado, 04/07
INTEGRAL MANHÃ			● LEITE DESNATADO COM CHOCOLATE EM PÓ DIET 190ML CAR 19,27 ● PÃO DE CENTEIO (1 un / 50G) CAR 24,15 ● REQUEIJÃO LIGHT 15G CAR 0,00	● BISCOITO DOCE DIET 50G CAR 31,50 ● MAÇÃ (1 un / 100G) CAR 15,15 ● VITAMINA DE BANANA DIET COM LEITE DESNATADO 180ML CAR 27,83	● CHÁ DE HORTELÃ DIET 190ML CAR 0,14 ● PÃO INTEGRAL FATIADO 50G CAR 24,97 ● REQUEIJÃO LIGHT 15G CAR 0,00	● LEITE DESNATADO 190ML CAR 11,67 ● BOLO DE CHOCOLATE DIET 50G CAR 33,46
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 11,55 Lipídios (g): 7,75 Carboidrato (g): 47,03 Cálcio (mg): 289,06 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 69,33 Vitamina C (mg): 1,83 Energia (Kcal): 291,56					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 06/07	Terça-Feira, 07/07	Quarta-Feira, 08/07	Quinta-Feira, 09/07	Sexta-Feira, 10/07	Sábado, 11/07
INTEGRAL MANHÃ	• LEITE DESNATADO COM AROMA DE COCO DIET 190ML CAR 11,78 • BOLO DE ABACAXI E CANELA DIET 50G CAR 27,41	• CHÁ DE CAMOMILA DIET 190ML CAR 0,14 • BISCOITO SEQUILHOS DIET, SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G CAR 40,00 • BANANA (1 un / 130G) CAR 31,01	• LEITE DESNATADO COM CHOCOLATE EM PÓ DIET 190ML CAR 19,27 • PÃO INTEGRAL FATIADO 50G CAR 24,97 • REQUEIJÃO LIGHT 15G CAR 0,00	• IOGURTE DE COCO DESNATADO DIET 180ML CAR 16,02 • FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 50G CAR 43,50 • MAÇÃ (1 un / 100G) CAR 15,15	• VITAMINA DE MANGA DIET COM LEITE DESNATADO 180ML CAR 19,94 • PÃO DE AVEIA (1 un / 50G) CAR 29,79 • REQUEIJÃO LIGHT 15G CAR 0,00	• LEITE DESNATADO 190ML CAR 11,67 • BOLO DE CHOCOLATE DIET 50G CAR 33,46
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 12,27 Lipídios (g): 7,72 Carboidrato (g): 54,02 Cálcio (mg): 324,17 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 117,79 Vitamina C (mg): 9,85 Energia (Kcal): 310,80					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 13/07	Terça-Feira, 14/07	Quarta-Feira, 15/07	Quinta-Feira, 16/07	Sexta-Feira, 17/07	Sábado, 18/07
INTEGRAL MANHÃ	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal						

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 20/07	Terça-Feira, 21/07	Quarta-Feira, 22/07	Quinta-Feira, 23/07	Sexta-Feira, 24/07	Sábado, 25/07
INTEGRAL MANHÃ	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal						

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 27/07	Terça-Feira, 28/07	Quarta-Feira, 29/07	Quinta-Feira, 30/07	Sexta-Feira, 31/07	Sábado, 01/08
INTEGRAL MANHÃ	RECESSO	• CHÁ DE HORTELÃ DIET 190ML CAR 0,14 • BOLO DE CHOCOLATE DIET 50G CAR 33,46 • MAÇÃ (1 un / 100G) CAR 15,15	• LEITE DESNATADO COM CHOCOLATE EM PÓ DIET 190ML CAR 19,27 • PÃO DE CENTEIO (1 un / 50G) CAR 24,15 • REQUEIJÃO LIGHT 15G CAR 0,00	• VITAMINA DE MORANGO DIET COM LEITE DESNATADO 180ML CAR 16,35 • BISCOITO CREAM CRACKER 50G CAR 34,37 • MAMÃO FATIADO 85G CAR 12,13	• CHÁ DE CAMOMILA DIET 190ML CAR 0,14 • PÃO INTEGRAL FATIADO 50G CAR 24,97 • REQUEIJÃO LIGHT 15G CAR 0,00	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 10,77 Lipídios (g): 6,46 Carboidrato (g): 45,03 Cálcio (mg): 248,44 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 67,83 Vitamina C (mg): 21,27 Energia (Kcal): 274,70					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 11,64 Lipídios (g): 7,37 Carboidrato (g): 49,45 Cálcio (mg): 292,50 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 89,67 Vitamina C (mg): 10,82 Energia (Kcal): 294,99					