

Observações						
OBSERVAÇÃO: O CÁLCULO DE CAR (CARBOIDRATO) POR ALIMENTO FOI FEITO COM BASE NA TABELA DE COMPOSIÇÃO DE ALIMENTOS (TACO).						
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"> ● SUCO POLPA DE GOIABA DIET 200ML CAR 17,56 ● SANDUÍCHE NATURAL 100G CAR 25,50 	<ul style="list-style-type: none"> ● CANJICA DIET 200G CAR 39,81 ● MAÇÃ (1 un / 100G) CAR 15,15 	FERIADO - SEXTA-FEIRA SANTA	
REGULAR TARDE			<ul style="list-style-type: none"> ● SUCO POLPA DE GOIABA DIET 200ML CAR 17,56 ● SANDUÍCHE NATURAL 100G CAR 25,50 	<ul style="list-style-type: none"> ● CANJICA DIET 200G CAR 39,81 ● MAÇÃ (1 un / 100G) CAR 15,15 	FERIADO - SEXTA-FEIRA SANTA	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 19,59 Lipídios (g): 16,26 Carboidrato (g): 98,03 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 8873,17 Vitamina C (mg): 6,54 Energia (Kcal): 603,09					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 06/04	Terça-Feira, 07/04	Quarta-Feira, 08/04	Quinta-Feira, 09/04	Sexta-Feira, 10/04	Sábado, 11/04
REGULAR MANHÃ	<ul style="list-style-type: none"> ● SUCO POLPA DE MAÇÃ DIET 200ML CAR 15,26 ● PÃO DE AVEIA (1 un / 50G) CAR 29,79 ● CACHORRO QUENTE (MOLHO 20ML E SALSICHA 50G) (1 un / 70G) CAR 2,19 	<ul style="list-style-type: none"> ● SUCO POLPA DE MANGA DIET 200ML CAR 12,78 ● PÃO DE AVEIA (1 un / 50G) CAR 29,79 ● CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G CAR 1,00 ● BATATA PALHA (10) 10G CAR 7,79 	<ul style="list-style-type: none"> ● IOGURTE DE MORANGO DIET 180G CAR 14,67 ● FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G CAR 43,33 ● BANANA (1 un / 130G) CAR 31,01 	<ul style="list-style-type: none"> ● ARROZ INTEGRAL 100G CAR 32,88 ● ISCAS DE CARNE E TOMATE 60G CAR 1,35 ● MAÇÃ (1 un / 100G) CAR 15,15 	<ul style="list-style-type: none"> ● MACARRÃO PARAFUSO INTEGRAL 100G CAR 30,01 ● MOLHO DE FRANGO E CENOURA 50G CAR 2,02 ● MELÃO FATIADO 150G CAR 13,86 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ DIET 190ML CAR 16,23 ● CHINEQUE DE GOIABADA DIET 60G CAR 36,05
REGULAR TARDE	<ul style="list-style-type: none"> ● SUCO POLPA DE MAÇÃ DIET 200ML CAR 15,26 ● PÃO DE AVEIA (1 un / 50G) CAR 29,79 ● CACHORRO QUENTE (MOLHO 20ML E SALSICHA 50G) (1 un / 70G) CAR 2,19 	<ul style="list-style-type: none"> ● PÃO DE AVEIA (1 un / 50G) CAR 29,79 ● CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G CAR 1,00 ● SUCO POLPA DE MANGA DIET 200ML CAR 12,78 ● BATATA PALHA (10) 10G CAR 7,79 	<ul style="list-style-type: none"> ● IOGURTE DE MORANGO DIET 180G CAR 14,67 ● FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G CAR 43,33 ● BANANA (1 un / 130G) CAR 31,01 	<ul style="list-style-type: none"> ● ARROZ INTEGRAL 100G CAR 32,88 ● ISCAS DE CARNE E TOMATE 60G CAR 1,35 ● MAÇÃ (1 un / 100G) CAR 15,15 	<ul style="list-style-type: none"> ● MACARRÃO PARAFUSO INTEGRAL 100G CAR 30,01 ● MOLHO DE FRANGO E CENOURA 50G CAR 2,02 ● MELÃO FATIADO 150G CAR 13,86 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ DIET 190ML CAR 16,23 ● CHINEQUE DE GOIABADA DIET 60G CAR 36,05
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 31,51 Lipídios (g): 14,84 Carboidrato (g): 111,71 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 200,01 Vitamina C (mg): 25,25 Energia (Kcal): 689,74					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 13/04	Terça-Feira, 14/04	Quarta-Feira, 15/04	Quinta-Feira, 16/04	Sexta-Feira, 17/04	Sábado, 18/04
REGULAR MANHÃ	<ul style="list-style-type: none"> ● POLENTA 100G CAR 25,63 ● MOLHO DE FRANGO E ABOBRINHA 50G CAR 2,16 ● BANANA (1 un / 130G) CAR 31,01 	<ul style="list-style-type: none"> ● SUCO POLPA DE MANGA DIET 200ML CAR 12,78 ● PÃO DE AVEIA (1 un / 50G) CAR 29,79 ● FRANGO PARA PÃO COM TOMATE 60G CAR 1,42 	<ul style="list-style-type: none"> ● SUCO POLPA DE MANGA DIET 200ML CAR 12,78 ● PÃO DE AVEIA (1 un / 50G) CAR 29,79 ● CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G CAR 1,00 	<ul style="list-style-type: none"> ● MACARRÃO PARAFUSO INTEGRAL 100G CAR 30,01 ● ISCAS DE CARNE E CENOURA 60G CAR 1,82 ● CAQUI (1 un / 120G) CAR 23,20 	<ul style="list-style-type: none"> ● SAGU DE UVA DIET 150G CAR 19,64 ● CREME DE LEITE DIET 20G CAR 5,93 ● MAÇÃ (1 un / 100G) CAR 15,15 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ DIET 190ML CAR 16,23 ● CHINEQUE DE GOIABADA DIET 60G CAR 36,05
REGULAR TARDE	<ul style="list-style-type: none"> ● POLENTA 100G CAR 25,63 ● MOLHO DE FRANGO E ABOBRINHA 50G CAR 2,16 ● BANANA (1 un / 130G) CAR 31,01 	<ul style="list-style-type: none"> ● SUCO POLPA DE MANGA DIET 200ML CAR 12,78 ● PÃO DE AVEIA (1 un / 50G) CAR 29,79 ● FRANGO PARA PÃO COM TOMATE 60G CAR 1,42 	<ul style="list-style-type: none"> ● SUCO POLPA DE MANGA DIET 200ML CAR 12,78 ● PÃO DE AVEIA (1 un / 50G) CAR 29,79 ● CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G CAR 1,00 	<ul style="list-style-type: none"> ● MACARRÃO PARAFUSO INTEGRAL 100G CAR 30,01 ● ISCAS DE CARNE E CENOURA 60G CAR 1,82 ● CAQUI (1 un / 120G) CAR 23,20 	<ul style="list-style-type: none"> ● SAGU DE UVA DIET 150G CAR 19,64 ● CREME DE LEITE DIET 20G CAR 5,93 ● MAÇÃ (1 un / 100G) CAR 15,15 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ DIET 190ML CAR 16,23 ● CHINEQUE DE GOIABADA DIET 60G CAR 36,05
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 32,03 Lipídios (g): 12,15 Carboidrato (g): 98,13 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 101,88 Vitamina C (mg): 36,34 Energia (Kcal): 611,11					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 20/04	Terça-Feira, 21/04	Quarta-Feira, 22/04	Quinta-Feira, 23/04	Sexta-Feira, 24/04	Sábado, 25/04
REGULAR MANHÃ	RECESSO - TIRADENTES	FERIADO - TIRADENTES	<ul style="list-style-type: none"> ● SUCO POLPA DE MANGA DIET 200ML CAR 12,78 ● PÃO DE AVEIA (1 un / 50G) CAR 29,79 ● CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G CAR 1,00 	<ul style="list-style-type: none"> ● SUCO POLPA DE GOIABA DIET 200ML CAR 17,56 ● SANDUÍCHE NATURAL 100G CAR 25,50 	<ul style="list-style-type: none"> ● VITAMINA DE MORANGO DIET 180ML CAR 13,30 ● FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G CAR 43,33 ● BANANA (1 un / 130G) CAR 31,01 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ DIET 190ML CAR 16,23 ● CHINEQUE DE GOIABADA DIET 60G CAR 36,05
REGULAR TARDE	RECESSO - TIRADENTES	FERIADO - TIRADENTES	<ul style="list-style-type: none"> ● SUCO POLPA DE MANGA DIET 200ML CAR 12,78 ● PÃO DE AVEIA (1 un / 50G) CAR 29,79 ● CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G CAR 1,00 	<ul style="list-style-type: none"> ● SUCO POLPA DE GOIABA DIET 200ML CAR 17,56 ● SANDUÍCHE NATURAL 100G CAR 25,50 	<ul style="list-style-type: none"> ● VITAMINA DE MORANGO DIET 180ML CAR 13,30 ● FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G CAR 43,33 ● BANANA (1 un / 130G) CAR 31,01 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ DIET 190ML CAR 16,23 ● CHINEQUE DE GOIABADA DIET 60G CAR 36,05
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 26,70 Lipídios (g): 15,76 Carboidrato (g): 113,27 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 143,22 Vitamina C (mg): 18,92 Energia (Kcal): 682,70					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 27/04	Terça-Feira, 28/04	Quarta-Feira, 29/04	Quinta-Feira, 30/04	Sexta-Feira, 01/05	Sábado, 02/05
REGULAR MANHÃ	<ul style="list-style-type: none"> ● ARROZ INTEGRAL 100G CAR 32,88 ● ISCAS DE FRANGO E CENOURA 60G CAR 1,99 ● CAQUI (1 un / 120G) CAR 23,20 	<ul style="list-style-type: none"> ● PÃO DE AVEIA (1 un / 50G) CAR 29,79 ● CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G CAR 1,00 ● SUCO TETRA PAK DIET 200ML CAR 24,00 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE COM AROMA DE BAUNILHA DIET 190ML CAR 8,73 ● FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G CAR 43,33 ● MAÇÃ (1 un / 100G) CAR 15,15 	<ul style="list-style-type: none"> ● PÃO DE AVEIA (1 un / 50G) CAR 29,79 ● ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50G CAR 0,88 ● SUCO POLPA DE MAÇÃ DIET 200ML CAR 15,26 		
REGULAR TARDE	<ul style="list-style-type: none"> ● ARROZ INTEGRAL 100G CAR 32,88 ● ISCAS DE FRANGO E CENOURA 60G CAR 1,99 ● CAQUI (1 un / 120G) CAR 23,20 	<ul style="list-style-type: none"> ● PÃO DE AVEIA (1 un / 50G) CAR 29,79 ● CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G CAR 1,00 ● SUCO TETRA PAK DIET 200ML CAR 24,00 	<ul style="list-style-type: none"> ● LEITE COM AROMA DE BAUNILHA DIET 190ML CAR 8,73 ● FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G CAR 43,33 ● MAÇÃ (1 un / 100G) CAR 15,15 	<ul style="list-style-type: none"> ● PÃO DE AVEIA (1 un / 50G) CAR 29,79 ● ISCAS DE CARNE REFOGADAS 50G CAR 0,88 ● SUCO POLPA DE MAÇÃ DIET 200ML CAR 15,26 		
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 34,73 Lipídios (g): 11,89 Carboidrato (g): 112,99 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 108,01 Vitamina C (mg): 25,04 Energia (Kcal): 691,96					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 30,28 Lipídios (g): 13,87 Carboidrato (g): 107,28 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 934,66 Vitamina C (mg): 25,38 Energia (Kcal): 659,54					