

Observações						
OBSERVAÇÃO: ENVIAR TODOS OS ALIMENTOS SEPARADOS, INCLUSIVE OS RECHEIOS DOS PÃES. ALIMENTOS E PREPARAÇÕES NÃO PODEM CONTER GLÚTEN/TRAÇOS DE GLÚTEN.						
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	• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G • MARGARINA SEM LEITE 10G	• SUCO POLPA DE MANGA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G	• SUCO POLPA DE ACEROLA 200ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • BANANA (1 un / 130G)	• SUCO POLPA DE MORANGO 200ML • PÃO FATIADO SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G	• LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BISCOITO DOCE SEM GLÚTEN E LEITE 50G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• SUCO POLPA DE ABACAXI 200ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G
INTEGRAL TARDE	• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G • MARGARINA SEM LEITE 10G	• SUCO POLPA DE MANGA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G	• SUCO POLPA DE ACEROLA 200ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • BANANA (1 un / 130G)	• SUCO POLPA DE MORANGO 200ML • PÃO FATIADO SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G	• LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BISCOITO DOCE SEM GLÚTEN E LEITE 50G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• SUCO POLPA DE ABACAXI 200ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 9,35 Lipídios (g): 18,19 Carboidrato (g): 119,71 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 65,93 Vitamina C (mg): 244,50 Energia (Kcal): 671,51					

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	• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G • MARGARINA SEM LEITE 10G	• SUCO POLPA DE LARANJA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G	• SUCO POLPA DE MAÇÃ 200ML • PÃO FATIADO SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 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)	• VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE SOJA 180ML • BISCOITO DE POLVILHO SALGADO SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• SUCO POLPA DE ABACAXI 200ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G
INTEGRAL TARDE	• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G • MARGARINA SEM LEITE 10G	• SUCO POLPA DE LARANJA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G	• SUCO POLPA DE MAÇÃ 200ML • PÃO FATIADO SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 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)	• VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE SOJA 180ML • BISCOITO DE POLVILHO SALGADO SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• SUCO POLPA DE ABACAXI 200ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 11,32 Lipídios (g): 14,91 Carboidrato (g): 116,91 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 8,25 Vitamina C (mg): 16,30 Energia (Kcal): 631,89					

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 UVA 200ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• SUCO POLPA DE MARACUJÁ 200ML • PÃO FATIADO SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G	• SUCO POLPA DE GOIABA 200ML • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G	• VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE SOJA 180ML • BISCOITO SEQUILHOS SEM GLÚTEN, LEITE E SOJA 50G • MAÇÃ (1 un / 100G)	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
INTEGRAL TARDE	• SUCO POLPA DE UVA 200ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• SUCO POLPA DE MARACUJÁ 200ML • PÃO FATIADO SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G	• SUCO POLPA DE GOIABA 200ML • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G	• VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE SOJA 180ML • BISCOITO SEQUILHOS SEM GLÚTEN, LEITE E SOJA 50G • MAÇÃ (1 un / 100G)	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 8,76 Lipídios (g): 14,71 Carboidrato (g): 135,69 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 43,08 Vitamina C (mg): 24,56 Energia (Kcal): 697,16					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 9,94 Lipídios (g): 16,09 Carboidrato (g): 122,66 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 38,59 Vitamina C (mg): 103,94 Energia (Kcal): 663,07					