

Observações						
Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 02/03	Terça-Feira, 03/03	Quarta-Feira, 04/03	Quinta-Feira, 05/03	Sexta-Feira, 06/03	Sábado, 07/03
DESJEJUM	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>LEITE DESNATADO 190ML</b></li> <li>● <b>PÃO INTEGRAL 37,5G</b></li> <li>● <b>MANTEIGA SEM SAL 8G</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR 120ML</li> <li>● <b>PÃO INTEGRAL 37,5G</b></li> <li>● <b>MANTEIGA SEM SAL 8G</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>LEITE DESNATADO 190ML</b></li> <li>● BOLO DE CACAU SEM AÇÚCAR 60G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● PÃO INTEGRAL 37,5G</li> <li>● <b>MANTEIGA SEM SAL 8G</b></li> <li>● <b>BATIDA DE MAÇÃ COM LEITE DESNATADO 190ML</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● SUCO DE UVA 150ML</li> <li>● <b>PÃO INTEGRAL 37,5G</b></li> <li>● <b>MANTEIGA SEM SAL 8G</b></li> </ul>	
COLAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> <li>● PERA (1 un / 150G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● MAMÃO 122G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● MAÇÃ (1 un / 137G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>MELÃO 170G</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> </ul>	
ALMOÇO	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>ARROZ INTEGRAL 95G</b></li> <li>● FEIJÃO PRETO 100G</li> <li>● ISCAS DE CARNE REFOGADAS 60G</li> <li>● BATATA SALSA COZIDA 50G</li> <li>● SALADA DE TOMATE 40G</li> <li>● MELÃO 170G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>ARROZ INTEGRAL 95G</b></li> <li>● FEIJÃO CARIOCA 100G</li> <li>● FRANGO AO SUGO 56G</li> <li>● FAROFA DE COUVE 20G</li> <li>● SALADA DE BETERRABA 28G</li> <li>● MELANCIA 340G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>ARROZ INTEGRAL 95G</b></li> <li>● FEIJÃO PRETO 100G</li> <li>● <b>ISCAS DE CARNE REFOGADAS 60G</b></li> <li>● <b>BATATA COZIDA 50G</b></li> <li>● SALADA DE FRUTA 70G</li> <li>● SALADA DE CENOURA 25G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>ARROZ INTEGRAL 95G</b></li> <li>● LARANJA (1 un / 150G)</li> <li>● FEIJÃO CARIOCA 100G</li> <li>● FRANGO ASSADO 60G</li> <li>● CREME DE MILHO 60G</li> <li>● SALADA DE ALFACE 15G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>ARROZ INTEGRAL 95G</b></li> <li>● FEIJÃO PRETO 100G</li> <li>● CARNE MOÍDA AO MOLHO COM CENOURA E ERVILHA 56G</li> <li>● BRÓCOLIS COZIDO 50G</li> <li>● <b>MAMÃO 122G</b></li> <li>● SALADA DE PEPINO 35G</li> </ul>	
LANCHE	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>VITAMINA DE MANGA COM LEITE DESNATADO 180ML</b></li> <li>● MAÇÃ (1 un / 137G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> <li>● AVEIA EM FLOCOS FINOS 10G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● SUCO DE LARANJA 150ML</li> <li>● <b>SANDUÍCHE INTEGRAL DE QUEIJO COM TOMATE 70G</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DESNATADO 180ML</b></li> <li>● FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>LEITE DESNATADO 190ML</b></li> <li>● MUFFIN DE MAÇÃ E UVA PASSA SEM AÇÚCAR 60G</li> </ul>	
JANTAR	<ul style="list-style-type: none"> <li>● SOPA DE BATATAS, BRÓCOLIS, CARNE E MACARRÃO 180G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● MACARRÃO - JANTAR 150G</li> <li>● CARNE MOÍDA AO SUGO 56G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>RISOTO DE FRANGO INTEGRAL 200G</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● PURÊ DE BATATA - JANTAR 120G</li> <li>● CARNE MOÍDA COM TOMATE E CHEIRO VERDE 45G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● CANJA 200G</li> </ul>	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 65,46 Lipídios (g): 28,88 Carboidrato (g): 223,88 Cálcio (mg): 703,45 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 478,67 Vitamina C (mg): 156,16 Energia (Kcal): 1373,79					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 09/03	Terça-Feira, 10/03	Quarta-Feira, 11/03	Quinta-Feira, 12/03	Sexta-Feira, 13/03	Sábado, 14/03
DESJEJUM	<ul style="list-style-type: none"> <li>● LEITE DESNATADO 190ML</li> <li>● PÃO INTEGRAL 37,5G</li> <li>● MANTEIGA SEM SAL 8G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● PÃO INTEGRAL 37,5G</li> <li>● CHÁ DE ERVA DOCE SEM AÇÚCAR 120ML</li> <li>● MANTEIGA SEM SAL 8G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● LEITE DESNATADO 190ML</li> <li>● MUFFIN DE MAÇÃ E UVA PASSA SEM AÇÚCAR 60G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● PÃO INTEGRAL 37,5G</li> <li>● MANTEIGA SEM SAL 8G</li> <li>● LEITE DESNATADO 190ML</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● MANTEIGA SEM SAL 8G</li> <li>● VITAMINA DE BANANA COM CACAU COM LEITE DESNATADO 150ML</li> <li>● PÃO INTEGRAL 37,5G</li> </ul>	
COLAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> <li>● MELANCIA 340G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● MAÇÃ (1 un / 137G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● LARANJA (1 un / 150G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● PERA (1 un / 150G)</li> </ul>	
ALMOÇO	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ARROZ INTEGRAL 95G</li> <li>● FEIJÃO PRETO 100G</li> <li>● CARNE MOÍDA REFOGADA 54G</li> <li>● FAROFA DE BANANA 30G</li> <li>● SALADA DE TOMATE COM PEPINO 45G</li> <li>● LARANJA (1 un / 150G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ARROZ INTEGRAL 95G</li> <li>● FEIJÃO CARIOCA 100G</li> <li>● FRANGO AO MOLHO COM CENOURA E VAGEM 56G</li> <li>● MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO 65G</li> <li>● SALADA DE ABOBRINHA 30G</li> <li>● MELÃO 170G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ARROZ INTEGRAL 95G</li> <li>● FEIJÃO PRETO 100G</li> <li>● ISCAS DE CARNE REFOGADAS 60G</li> <li>● COUVE-FLOR REFOGADA 25G</li> <li>● SALADA DE CENOURA 25G</li> <li>● PERA (1 un / 150G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ARROZ INTEGRAL 95G</li> <li>● CARNE MOÍDA REFOGADA 54G</li> <li>● BATATA DOCE COZIDA 35G</li> <li>● SALADA DE CHUCHU 20G</li> <li>● MELÃO 170G</li> <li>● FEIJÃO CARIOCA 100G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ARROZ INTEGRAL 95G</li> <li>● ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 60G</li> <li>● SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 15G</li> <li>● BATATA, CENOURA E CHUCHU REFOGADOS 40G</li> <li>● BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> <li>● FEIJÃO PRETO 100G</li> </ul>	
LANCHE	<ul style="list-style-type: none"> <li>● CREME DE MORANGO COM LEITE DESNATADO 100G</li> <li>● PERA (1 un / 150G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● SUCO DE MAÇÃ 150ML</li> <li>● BOLO DE CACAU SEM AÇÚCAR 60G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● MAMÃO 122G</li> <li>● FLOCOS DE ARROZ 15G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● VITAMINA DE MANGA COM LEITE DESNATADO 180ML</li> <li>● MAÇÃ (1 un / 137G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● CHÁ DE MAÇÃ COM CANELA SEM AÇÚCAR 190ML</li> <li>● BOLO DE BANANA COM AVEIA SEM AÇÚCAR 60G</li> </ul>	
JANTAR	<ul style="list-style-type: none"> <li>● QUIRERA - JANTAR 120G</li> <li>● ISCAS DE FRANGO COM TOMATE 54G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ARROZ CARRETEIRO INTEGRAL 180G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● PURÊ DE BATATA - JANTAR 120G</li> <li>● FRANGO AO SUGO 56G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● SOPA DE ARROZ, LEGUMES E FRANGO 180G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● POLENTA - JANTAR 120G</li> <li>● CARNE MOÍDA AO MOLHO COM CENOURA E ERVILHA 56G</li> </ul>	
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 63,89 Lipídios (g): 24,10 Carboidrato (g): 226,44 Cálcio (mg): 599,33 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 477,57 Vitamina C (mg): 107,13 Energia (Kcal): 1334,37					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 16/03	Terça-Feira, 17/03	Quarta-Feira, 18/03	Quinta-Feira, 19/03	Sexta-Feira, 20/03	Sábado, 21/03
DESJEJUM	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO DE LARANJA 150ML</li> <li>• <b>PÃO INTEGRAL 37,5G</b></li> <li>• <b>MANTEIGA SEM SAL 8G</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>LEITE DESNATADO 190ML</b></li> <li>• PÃO INTEGRAL 37,5G</li> <li>• <b>MANTEIGA SEM SAL 8G</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR 120ML</li> <li>• <b>PÃO INTEGRAL 37,5G</b></li> <li>• <b>MANTEIGA SEM SAL 8G</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>LEITE DESNATADO 190ML</b></li> <li>• MUFFIN DE MAÇÃ E UVA PASSA SEM AÇÚCAR 60G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• PÃO INTEGRAL 37,5G</li> <li>• <b>MANTEIGA SEM SAL 8G</b></li> <li>• <b>BATIDA DE MAÇÃ COM LEITE DESNATADO 190ML</b></li> </ul>	
COLAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> <li>• PERA (1 un / 150G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MELÃO 170G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• GOIABA (1 un / 96G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MAÇÃ (1 un / 137G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MELANCIA 340G</li> </ul>	
ALMOÇO	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>ARROZ INTEGRAL 95G</b></li> <li>• FEIJÃO PRETO 100G</li> <li>• <b>ISCAS DE CARNE REFOGADAS 60G</b></li> <li>• QUIBEBE 25G</li> <li>• SALADA DE PEPINO 35G</li> <li>• MELANCIA 340G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>ARROZ INTEGRAL 95G</b></li> <li>• FEIJÃO CARIOCA 100G</li> <li>• ISCAS DE FRANGO COM TOMATE 54G</li> <li>• POLENTA 100G</li> <li>• SALADA DE ACELGA COM CENOURA 30G</li> <li>• LARANJA (1 un / 150G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>ARROZ INTEGRAL 95G</b></li> <li>• FEIJÃO PRETO 100G</li> <li>• ISCAS DE CARNE REFOGADAS 60G</li> <li>• BRÓCOLIS COM CENOURA REFOGADOS 50G</li> <li>• SALADA DE REPOLHO 15G</li> <li>• MAÇÃ (1 un / 137G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>ARROZ INTEGRAL 95G</b></li> <li>• FEIJÃO CARIOCA 100G</li> <li>• MELÃO 170G</li> <li>• <b>ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 60G</b></li> <li>• CREME DE MILHO 60G</li> <li>• SALADA DE ALFACE COM TOMATE 35G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>ARROZ INTEGRAL 95G</b></li> <li>• FEIJÃO PRETO 100G</li> <li>• ISCAS DE CARNE AO SUGO 60G</li> <li>• FAROFA DE COUVE 20G</li> <li>• SALADA DE ACELGA 20G</li> <li>• BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> </ul>	
LANCHE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>MINGAU DE AVEIA COM LEITE DESNATADO 200G</b></li> <li>• MAÇÃ (1 un / 137G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO DE MAÇÃ 150ML</li> <li>• BOLO DE BANANA COM AVEIA SEM AÇÚCAR 60G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>CREME DE MANGA COM LEITE DESNATADO 100G</b></li> <li>• FLOCOS DE ARROZ 15G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO DE UVA 150ML</li> <li>• <b>SANDUÍCHE INTEGRAL DE QUEIJO COM TOMATE 70G</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MAMÃO 122G</li> <li>• AVEIA EM FLOCOS FINOS 10G</li> </ul>	
JANTAR	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SOPA DE BATATA DOCE, FRANGO E MACARRÃO 180G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• PURÊ DE BATATA - JANTAR 120G</li> <li>• CARNE MOÍDA COM TOMATE E CHEIRO VERDE 45G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES 180G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SOPA DE AIPIM COM CARNE 180G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SOPA DE FEIJÃO, LEGUMES E MACARRÃO 180G</li> </ul>	

**Tabela Nutricional**

Cálculo Semanal Proteína (g): 64,48 Lipídios (g): 23,24 Carboidrato (g): 218,99 Cálcio (mg): 615,24 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 663,36 Vitamina C (mg): 138,03 Energia (Kcal): 1301,04

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 23/03	Terça-Feira, 24/03	Quarta-Feira, 25/03	Quinta-Feira, 26/03	Sexta-Feira, 27/03	Sábado, 28/03
DESJEJUM	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO DE UVA 150ML</li> <li>• <b>PÃO INTEGRAL 37,5G</b></li> <li>• <b>MANTEIGA SEM SAL 8G</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>LEITE DESNATADO 190ML</b></li> <li>• <b>PÃO INTEGRAL 37,5G</b></li> <li>• <b>MANTEIGA SEM SAL 8G</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• CHÁ DE ERVA DOCE SEM AÇÚCAR 120ML</li> <li>• MUFFIN DE MAÇÃ E UVA PASSA SEM AÇÚCAR 60G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>PÃO INTEGRAL 37,5G</b></li> <li>• <b>MANTEIGA SEM SAL 8G</b></li> <li>• <b>VITAMINA DE BANANA COM CACAU COM LEITE DESNATADO 150ML</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>LEITE DESNATADO 190ML</b></li> <li>• <b>PÃO INTEGRAL 37,5G</b></li> <li>• <b>MANTEIGA SEM SAL 8G</b></li> </ul>	
COLAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> <li>• CAQUI (1 un / 180G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MELÃO 170G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MAÇÃ (1 un / 137G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MAMÃO 122G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MELÃO 170G</li> </ul>	
ALMOÇO	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>ARROZ INTEGRAL 95G</b></li> <li>• FEIJÃO CARIOCA 100G</li> <li>• FRANGO AO MOLHO COM CENOURA E VAGEM 56G</li> <li>• PURÊ DE BATATA 60G</li> <li>• SALADA DE TOMATE 40G</li> <li>• MAMÃO 122G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>ARROZ INTEGRAL 95G</b></li> <li>• FEIJÃO PRETO 100G</li> <li>• <b>CARNE MOÍDA REFOGADA 54G</b></li> <li>• FAROFA DE CENOURA 20G</li> <li>• SALADA DE ACELGA 20G</li> <li>• MELANCIA 340G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>ARROZ INTEGRAL 95G</b></li> <li>• FEIJÃO CARIOCA 100G</li> <li>• <b>ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 60G</b></li> <li>• <b>BATATA COZIDA 50G</b></li> <li>• SALADA DE ABOBRINHA 30G</li> <li>• GOIABA (1 un / 96G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>ARROZ INTEGRAL 95G</b></li> <li>• FEIJÃO PRETO 100G</li> <li>• ISCAS DE CARNE REFOGADAS 60G</li> <li>• CHUCHU REFOGADO 35G</li> <li>• SALADA DE VAGEM COM CENOURA 30G</li> <li>• SALADA DE FRUTA 70G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>ARROZ INTEGRAL 95G</b></li> <li>• FEIJÃO CARIOCA 100G</li> <li>• FRANGO AO SUGO 56G</li> <li>• CREME DE AIPIM 35G</li> <li>• SALADA DE ALFACE 15G</li> <li>• MELANCIA 340G</li> </ul>	
LANCHE	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>VITAMINA DE BANANA COM LEITE DESNATADO 180ML</b></li> <li>• MAÇÃ (1 un / 137G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO DE LARANJA 150ML</li> <li>• BOLO DE BANANA COM AVEIA SEM AÇÚCAR 60G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>MINGAU DE AVEIA COM LEITE DESNATADO 200G</b></li> <li>• BANANA CATURRA (1 un / 182G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SUCO DE MAÇÃ 150ML</li> <li>• <b>SANDUÍCHE INTEGRAL DE QUEIJO COM TOMATE 70G</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• BOLO DE CACAU SEM AÇÚCAR 60G</li> <li>• SUCO DE UVA 150ML</li> </ul>	
JANTAR	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SOPA DE BATATAS, BRÓCOLIS, CARNE E MACARRÃO 180G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• POLENTA - JANTAR 120G</li> <li>• ISCAS DE FRANGO COM TOMATE 54G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>ARROZ CARRETEIRO INTEGRAL 180G</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• SOPA DE ARROZ, LEGUMES E FRANGO 180G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• MACARRÃO - JANTAR 150G</li> <li>• CARNE MOÍDA COM TOMATE E CHEIRO VERDE 45G</li> </ul>	
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 65,20 Lipídios (g): 25,63 Carboidrato (g): 238,37 Cálcio (mg): 606,50 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 556,95 Vitamina C (mg): 155,84 Energia (Kcal): 1399,19					

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
DESJEJUM	<ul style="list-style-type: none"> <li>● PÃO INTEGRAL 37,5G</li> <li>● MANTEIGA SEM SAL 8G</li> <li>● CHÁ DE CAMOMILA SEM AÇÚCAR 120ML</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● LEITE DESNATADO 190ML</li> <li>● PÃO INTEGRAL 37,5G</li> <li>● MANTEIGA SEM SAL 8G</li> </ul>				
COLAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> <li>● MAÇÃ (1 un / 137G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● MELANCIA 340G</li> </ul>				
ALMOÇO	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ARROZ INTEGRAL 95G</li> <li>● FEIJÃO PRETO 100G</li> <li>● ISCAS DE CARNE REFOGADAS 60G               <ul style="list-style-type: none"> <li>● QUIRERA 60G</li> </ul> </li> <li>● SALADA DE PEPINO 35G</li> <li>● LARANJA (1 un / 150G)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ARROZ INTEGRAL 95G</li> <li>● FEIJÃO CARIOCA 100G</li> <li>● ISCAS DE FRANGO GRELHADAS 60G</li> <li>● BATATA DOCE COZIDA 35G</li> <li>● SALADA DE BETERRABA 28G</li> <li>● SALADA DE FRUTA 70G</li> </ul>				
LANCHE	<ul style="list-style-type: none"> <li>● VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DESNATADO 180ML</li> <li>● FLOCOS DE MILHO SEM AÇÚCAR 20G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● SUCO DE LARANJA 150ML</li> <li>● SANDUÍCHE INTEGRAL DE QUEIJO COM TOMATE 70G</li> </ul>				
JANTAR	<ul style="list-style-type: none"> <li>● RISOTO DE FRANGO INTEGRAL 200G</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● SOPA DE ABÓBORA, CARNE E MACARRÃO 180G</li> </ul>				
<b>Tabela Nutricional</b>						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 62,80 Lipídios (g): 28,57 Carboidrato (g): 193,06 Cálcio (mg): 640,05 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 970,66 Vitamina C (mg): 148,34 Energia (Kcal): 1252,84					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 64,58 Lipídios (g): 25,75 Carboidrato (g): 223,84 Cálcio (mg): 631,94 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 582,91 Vitamina C (mg): 140,11 Energia (Kcal): 1343,07					