

Observações						
Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 31/08	Terça-Feira, 01/09	Quarta-Feira, 02/09	Quinta-Feira, 03/09	Sexta-Feira, 04/09	Sábado, 05/09
REGULAR TARDE		• POLENTA (DIETA) 100G • MOLHO DE CARNE E CHUCHU (DIETA) 50G • BANANA (1 un / 130G)	• SUCO POLPA DE MAÇÃ 180ML • PÃO DE AVEIA (1 un / 50G) • CARNE MOÍDA REFOGADA COM TOMATE (DIETA) 60G	• VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DESNATADO 180ML • CHINEQUE DE UVA (1 un / 60G)	• SOPA DE FEIJÃO COM CARNE, BATATA E MACARRÃO (DIETA) 150G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• LEITE DESNATADO 190ML • BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 15,02 Lipídios (g): 5,88 Carboidrato (g): 53,25 Energia (Kcal): 321,78					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 07/09	Terça-Feira, 08/09	Quarta-Feira, 09/09	Quinta-Feira, 10/09	Sexta-Feira, 11/09	Sábado, 12/09
REGULAR TARDE	FERIADO - INDEPENDÊNCIA DO BRASIL	FERIADO - NOSSA SENHORA DA LUZ DOS PINHAIS	• MACARRÃO PARAFUSO INTEGRAL (DIETA) 100G • BOLINHO DE CARNE AO SUGO (DIETA) 70G • LARANJA (1 un / 100G)	• SUCO POLPA DE MARACUJÁ 180ML • BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G) • MAÇÃ (1 un / 100G)	• SUCO POLPA DE GOIABA 180ML • PÃO INTEGRAL FATIADO 50G • PATÊ DE FRANGO COM REQUEIJÃO LIGHT 30G • ALFACE CRESPA (FOLHA) 10G	• LEITE DESNATADO 190ML • BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 13,76 Lipídios (g): 8,23 Carboidrato (g): 58,10 Energia (Kcal): 351,02					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 14/09	Terça-Feira, 15/09	Quarta-Feira, 16/09	Quinta-Feira, 17/09	Sexta-Feira, 18/09	Sábado, 19/09
REGULAR TARDE	• CANJICA COM LEITE DESNATADO 200G • BANANA (1 un / 130G)	• ARROZ INTEGRAL (DIETA) 100G • ISCAS DE FRANGO REFOGADAS (DIETA) 50G • MELANCIA FATIADA 150G	• SUCO POLPA DE ACEROLA 180ML • PÃO DE AVEIA (1 un / 50G) • FRANGO PARA PÃO COM TOMATE (DIETA) 60G	• MACARRÃO PARAFUSO INTEGRAL (DIETA) 100G • CARNE MOÍDA REFOGADA COM TOMATE (DIETA) 60G • MELÃO FATIADO 150G	• SUCO POLPA DE ABACAXI 180ML • PÃO DE CENTEIO (1 un / 50G) • CARNE MOÍDA REFOGADA (DIETA) 60G • REQUEIJÃO LIGHT 15G • ALFACE CRESPA (FOLHA) 10G	• LEITE DESNATADO 190ML • BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 18,33 Lipídios (g): 5,78 Carboidrato (g): 52,26 Energia (Kcal): 329,72					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 21/09	Terça-Feira, 22/09	Quarta-Feira, 23/09	Quinta-Feira, 24/09	Sexta-Feira, 25/09	Sábado, 26/09
REGULAR TARDE	• POLENTA (DIETA) 100G • MOLHO DE CARNE E BRÓCOLIS (DIETA) 50G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• SUCO POLPA DE UVA 180ML • PÃO INTEGRAL FATIADO 50G • PATÊ DE FRANGO COM REQUEIJÃO LIGHT 30G • ALFACE CRESPA (FOLHA) 10G	• IOGURTE DE MORANGO DESNATADO 180G • AVEIA EM FLOCOS FINOS 30G • MELÃO FATIADO 150G	• SUCO POLPA DE GOIABA 180ML • PÃO DE AVEIA (1 un / 50G) • CARNE MOÍDA REFOGADA (DIETA) 60G	• ARROZ INTEGRAL (DIETA) 100G • ISCAS DE FRANGO E CENOURA (DIETA) 60G • LARANJA (1 un / 100G)	• LEITE DESNATADO 190ML • BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 14,87 Lipídios (g): 5,32 Carboidrato (g): 48,37 Energia (Kcal): 294,54					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 28/09	Terça-Feira, 29/09	Quarta-Feira, 30/09	Quinta-Feira, 01/10	Sexta-Feira, 02/10	Sábado, 03/10
REGULAR TARDE	• SUCO POLPA DE MARACUJÁ 180ML • PÃO DE CENTEIO (1 un / 50G) • CARNE MOÍDA REFOGADA (DIETA) 60G • QUEIJO (10) (1 un / 10G) • TOMATE (RODELA) 15G	• ARROZ INTEGRAL (DIETA) 100G • ISCAS DE CARNE REFOGADAS (DIETA) 50G • BANANA (1 un / 130G)	• SAGU DE UVA 150G • CREME DE LEITE DESNATADO 20G • MELÃO FATIADO 150G			
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 14,87 Lipídios (g): 3,90 Carboidrato (g): 50,33 Energia (Kcal): 292,11					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 15,58 Lipídios (g): 5,86 Carboidrato (g): 52,23 Energia (Kcal): 318,12					