

Observações

OBSERVAÇÃO: ALIMENTOS E PREPARAÇÕES NÃO PODEM CONTER GLUTÉN/TRAÇOS DE GLÚTEN. TODOS OS UTENSÍLIOS UTILIZADOS, INCLUINDO ESPONJA, DEVEM SER IDENTIFICADOS, ARMAZENADOS E HIGIENIZADOS SEPARADAMENTE.

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
REGULAR TARDE	• RISOTO DE FRANGO E BRÓCOLIS 150G • MELANCIA FATIADA 150G	• SUCO POLPA DE LARANJA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G • FRANGO PARA PÃO COM TOMATE 60G	• IOGURTE DE SOJA SABOR MORANGO 180ML • FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • BANANA (1 un / 130G)	• MOLHO DE CARNE COM VAGEM 50G • MAÇÃ (1 un / 100G) • MACARRÃO SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA 100G	• SUCO POLPA DE UVA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G • ISCAS DE CARNE E TOMATE 60G	• SUCO POLPA DE ABACAXI 200ML • BOLO DE BANANA E CANELA SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 12,94 Lipídios (g): 4,37 Carboidrato (g): 57,16 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 30,48 Vitamina C (mg): 6,54 Energia (Kcal): 316,91					

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
REGULAR TARDE	• ARROZ 100G • ISCAS DE CARNE E CENOURA 60G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• SUCO POLPA DE ABACAXI 200ML • PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G • FRANGO PARA PÃO COM TOMATE 60G	• SUCO POLPA DE MANGA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G	• SAGU DE UVA 150G • CREME DE LEITE DE SOJA 20G • BANANA (1 un / 130G)	• POLENTA 100G • MOLHO DE CARNE E CHUCHU 50G • MELANCIA FATIADA 150G	• SUCO POLPA DE ABACAXI 200ML • BOLO DE BANANA E CANELA SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 13,89 Lipídios (g): 4,85 Carboidrato (g): 54,99 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 30,92 Vitamina C (mg): 10,54 Energia (Kcal): 315,53					

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
REGULAR TARDE	● SAGU DE UVA 150G ● CREME DE LEITE DE SOJA 20G ● BANANA (1 un / 130G)	● SUCO POLPA DE MARACUJÁ 200ML ● PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN E LEITE 50G ● ISCAS DE CARNE E TOMATE 60G	● SUCO POLPA DE TANGERINA 200ML ● SANDUÍCHE NATURAL SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 100G	● MACARRÃO SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA 100G ● CARNE MOÍDA COM CENOURA 60G ● MAÇÃ (1 un / 100G)	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 11,72 Lipídios (g): 4,27 Carboidrato (g): 55,65 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 49,67 Vitamina C (mg): 7,66 Energia (Kcal): 297,64					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 12,99 Lipídios (g): 4,52 Carboidrato (g): 55,97 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 35,44 Vitamina C (mg): 8,32 Energia (Kcal): 311,57					