

Observações						
AS PREPARAÇÕES DESTE CARDÁPIO DEVEM SER ELABORADAS SEM ABÓBORA.						
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 MANHÃ		● SOPA DE FEIJÃO COM CARNE, BATATA E MACARRÃO SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA 150G	● ARROZ 100G ● PEITO DE FRANGO GRELHADO (1 un / 60G) ● FEIJÃO PRETO 90G	● CHÁ DE CAMOMILA 190ML ● BISCOITO DOCE DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G	● POLENTA 100G ● BOLINHO DE CARNE MOÍDA 60G	● CHÁ DE CAMOMILA 190ML ● BISCOITO DOCE DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 13,66 Lipídios (g): 5,73 Carboidrato (g): 39,02 Energia (Kcal): 267,18					

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 MANHÃ	FERIADO - INDEPENDÊNCIA DO BRASIL	FERIADO - NOSSA SENHORA DA LUZ DOS PINHAIS	• CHÁ DE HORTELÃ 190ML • BISCOITO DE POLVILHO SALGADO SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G	• CHÁ DE HORTELÃ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 43G • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G • ALFACE CRESPA (FOLHA) 10G • PATÊ DE COUVE-FLOR 30G	• MACARRÃO SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA 100G • CARNE MOÍDA COM CENOURA SEM MOLHO 60G	• CHÁ DE CAMOMILA 190ML • BISCOITO DOCE DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 10,42 Lipídios (g): 7,47 Carboidrato (g): 35,24 Energia (Kcal): 246,86					

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 MANHÃ	● CHÁ DE CAPIM LIMÃO 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 43G ● ALFACE CRESPA (FOLHA) 10G ● HAMBÚRGUER DE CARNE MOÍDA 60G	● CHÁ DE CAMOMILA 190ML ● BISCOITO DOCE DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G	● ARROZ 100G ● FEIJÃO CARIOCA 90G ● SALSICHA DE FRANGO SEM GLÚTEN 45G	● CHÁ DE HORTELÃ 190ML ● PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 43G ● FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G	● MACARRÃO SEM GLÚTEN, OVOS E SOJA 100G ● CARNE MOÍDA REFOGADA 60G	● CHÁ DE CAMOMILA 190ML ● BISCOITO DOCE DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 14,09 Lipídios (g): 5,09 Carboidrato (g): 39,95 Energia (Kcal): 268,00					

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 MANHÃ	• ARROZ 100G • CARNE MOÍDA COM CENOURA SEM MOLHO 60G • FEIJÃO PRETO 90G	• CHÁ DE HORTELÃ 190ML • BISCOITO DOCE DIET, SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G	• CHÁ DE CAMOMILA 190ML • PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 43G • FRANGO REFOGADO PARA PÃO 60G • ALFACE CRESPA (FOLHA) 10G	• POLENTA 100G • ISCAS DE FRANGO REFOGADAS (RESTRIÇÃO) 50G	• CHÁ DE HORTELÃ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 43G • HAMBÚRGUER DE CARNE MOÍDA 60G	• CHÁ DE CAMOMILA 190ML • BISCOITO DOCE DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 12,95 Lipídios (g): 5,66 Carboidrato (g): 38,42 Energia (Kcal): 259,50					

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 MANHÃ	• CHÁ DE HORTELÃ 190ML • BISCOITO DOCE DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G	• CHÁ DE HORTELÃ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 43G • ALFACE CRESPA (FOLHA) 10G • HAMBÚRGUER DE CARNE MOÍDA 60G	• ARROZ 100G • FEIJÃO CARIOCA 90G • BOLINHO DE CARNE MOÍDA 60G			
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 14,44 Lipídios (g): 5,57 Carboidrato (g): 43,14 Energia (Kcal): 286,43					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 13,15 Lipídios (g): 5,82 Carboidrato (g): 38,99 Energia (Kcal): 264,49					