

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
INTEGRAL MANHÃ		• SUCO POLPA DE UVA 180ML • BISCOITO CREAM CRACKER 50G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• CHÁ DE CAMOMILA 190ML • PÃO DE CENTEIO (1 un / 50G) • MANTEIGA 7G	• SUCO POLPA DE ABACAXI 180ML • PÃO DE MILHO (1 un / 50G) • REQUEIJÃO CREMOSO 15G	• CHÁ DE CAMOMILA 190ML • BOLO DE CENOURA (1 un / 50G) • BANANA (1 un / 130G)	• SUCO POLPA DE UVA 180ML • BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 6,35 Lipídios (g): 8,46 Carboidrato (g): 58,41 Energia (Kcal): 328,50					

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
INTEGRAL MANHÃ	FERIADO - INDEPENDÊNCIA DO BRASIL	FERIADO - NOSSA SENHORA DA LUZ DOS PINHAIS	• SUCO POLPA DE MANGA 180ML • PÃO DE AVEIA (1 un / 50G) • REQUEIJÃO CREMOSO 15G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• SUCO POLPA DE MARACUJÁ 180ML • PÃO DE LEITE FATIADO 50G • QUEIJO (1 un / 15G)	• IOGURTE DE COCO 180ML • BISCOITO SEQUILHOS 50G • BANANA (1 un / 130G)	• SUCO POLPA DE UVA 180ML • BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 7,86 Lipídios (g): 7,57 Carboidrato (g): 67,43 Energia (Kcal): 363,61					

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
INTEGRAL MANHÃ	• SUCO POLPA DE UVA 180ML • PÃO DE LEITE (1 un / 50G) • REQUEIJÃO CREMOSO 15G	• SUCO POLPA DE UVA 180ML • CHINEQUE DE GOIABADA (1 un / 60G) • BANANA (1 un / 130G)	• CHÁ DE CAMOMILA 190ML • PÃO DE CENTEIO (1 un / 50G) • MANTEIGA 7G • MAMÃO FATIADO 85G	• SUCO POLPA DE MARACUJÁ 180ML • PÃO INTEGRAL FATIADO 50G • QUEIJO (1 un / 15G)	• SUCO POLPA DE MORANGO 180ML • BISCOITO COOKIES INTEGRAIS 50G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• SUCO POLPA DE UVA 180ML • BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 6,14 Lipídios (g): 7,12 Carboidrato (g): 55,97 Energia (Kcal): 305,04					

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
INTEGRAL MANHÃ	• SUCO POLPA DE MARACUJÁ 180ML • BOLO DE ABACAXI E CANELA 50G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• SUCO POLPA DE MANGA 180ML • PÃO DE LEITE FATIADO 50G • QUEIJO (1 un / 15G)	• CHÁ DE CAMOMILA 190ML • PÃO DE ABÓBORA (1 un / 50G) • MANTEIGA 7G	• SUCO POLPA DE MARACUJÁ 180ML • BISCOITO SEQUILHOS 50G • BANANA (1 un / 130G)	• CHÁ DE HORTELÃ 190ML • PÃO DE LEITE (1 un / 50G) • REQUEIJÃO CREMOSO 15G	• SUCO POLPA DE UVA 180ML • BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G)
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 5,62 Lipídios (g): 7,51 Carboidrato (g): 56,01 Energia (Kcal): 308,38					

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
INTEGRAL MANHÃ	• SUCO POLPA DE UVA 180ML • BOLO DE CHOCOLATE (1 un / 50G) • BANANA (1 un / 130G)	• CHÁ DE CAMOMILA 190ML • PÃO INTEGRAL FATIADO 50G • QUEIJO (1 un / 15G)	• SUCO POLPA DE MANGA 180ML • BISCOITO ROSQUINHA 50G • MAÇÃ (1 un / 100G)			
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 6,98 Lipídios (g): 7,96 Carboidrato (g): 66,07 Energia (Kcal): 356,07					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 6,45 Lipídios (g): 7,68 Carboidrato (g): 59,66 Energia (Kcal): 326,90					