

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		• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FATIADO SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G	• LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BISCOITO SALGADO SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • MARGARINA SEM LEITE 7G	• VITAMINA DE MANGA COM LEITE DE SOJA 180ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G	• LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G
INTEGRAL TARDE		• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FATIADO SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G	• LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BISCOITO SALGADO SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • MARGARINA SEM LEITE 7G	• VITAMINA DE MANGA COM LEITE DE SOJA 180ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G	• LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 17,60 Lipídios (g): 19,26 Carboidrato (g): 112,07 Energia (Kcal): 688,90					

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	• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FATIADO SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G	• IOGURTE DE SOJA SABOR COCO 180ML • FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • MANGA PICADA 100G	• SUCO POLPA DE MANGA 180ML • PÃO DE AVEIA SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G
INTEGRAL TARDE	FERIADO - INDEPENDÊNCIA DO BRASIL	FERIADO - NOSSA SENHORA DA LUZ DOS PINHAIS	• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FATIADO SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G	• IOGURTE DE SOJA SABOR COCO 180ML • FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • MANGA PICADA 100G	• SUCO POLPA DE MANGA 180ML • PÃO DE AVEIA SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 14,02 Lipídios (g): 14,01 Carboidrato (g): 126,16 Energia (Kcal): 678,32					

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	• LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BOLO DE ABACAXI E CANELA SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• CHÁ DE CAMOMILA 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • MARGARINA SEM LEITE 7G	• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FATIADO SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G	• VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE SOJA 180ML • BISCOITO COOKIES INTEGRAIS SEM LEITE E OVOS 50G • MANGA PICADA 100G	• SUCO POLPA DE UVA 180ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G	• LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G
INTEGRAL TARDE	• LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BOLO DE ABACAXI E CANELA SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• CHÁ DE CAMOMILA 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • MARGARINA SEM LEITE 7G	• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • PÃO FATIADO SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G	• VITAMINA DE MORANGO COM LEITE DE SOJA 180ML • BISCOITO COOKIES INTEGRAIS SEM LEITE E OVOS 50G • MANGA PICADA 100G	• SUCO POLPA DE UVA 180ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G	• LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 14,64 Lipídios (g): 18,30 Carboidrato (g): 114,26 Energia (Kcal): 670,63					

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 MANGA 180ML • PÃO FATIADO SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G	• LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • MARGARINA SEM LEITE 7G	• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • BISCOITO SEQUILHOS DIET, SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G • MANGA PICADA 100G	• CHÁ DE HORTELÃ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G	• VITAMINA DE MARACUJÁ COM LEITE DE SOJA 180ML • BOLO DE CENOURA SEM GLÚTEN, LEITE E SEM OVOS 50G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G
INTEGRAL TARDE	• SUCO POLPA DE MANGA 180ML • PÃO FATIADO SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G	• LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • MARGARINA SEM LEITE 7G	• LEITE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ 190ML • BISCOITO SEQUILHOS DIET, SEM GLÚTEN, LEITE E OVOS 50G • MANGA PICADA 100G	• CHÁ DE HORTELÃ 190ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G	• VITAMINA DE MARACUJÁ COM LEITE DE SOJA 180ML • BOLO DE CENOURA SEM GLÚTEN, LEITE E SEM OVOS 50G • MAÇÃ (1 un / 100G)	• LEITE DE SOJA COM AROMA DE BAUNILHA 190ML • BOLO DE CHOCOLATE SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 14,20 Lipídios (g): 17,65 Carboidrato (g): 115,44 Energia (Kcal): 664,72					

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	• CHÁ DE CAMOMILA 190ML • PÃO FATIADO SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G	• REQUEIJÃO DE SOJA 15G • SUCO POLPA DE ACEROLA 180ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G	• VITAMINA DE MANGA COM LEITE DE SOJA 180ML • BISCOITO DOCE SEM LEITE E OVOS 50G • MAÇÃ (1 un / 100G)			
INTEGRAL TARDE	• CHÁ DE CAMOMILA 190ML • PÃO FATIADO SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G	• SUCO POLPA DE ACEROLA 180ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE E OVOS 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G	• VITAMINA DE MANGA COM LEITE DE SOJA 180ML • BISCOITO DOCE SEM LEITE E OVOS 50G • MAÇÃ (1 un / 100G)			
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 8,29 Lipídios (g): 10,82 Carboidrato (g): 104,64 Energia (Kcal): 544,64					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 14,25 Lipídios (g): 16,69 Carboidrato (g): 114,88 Energia (Kcal): 658,49					