

Observações						
Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 27/10	Terça-Feira, 28/10	Quarta-Feira, 29/10	Quinta-Feira, 30/10	Sexta-Feira, 31/10	Sábado, 01/11
REGULAR TARDE						<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE MAÇÃ 200ML • PÃO DE AVEIA SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 4,43 Lipídios (g): 0,95 Carboidrato (g): 53,25 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 0,00 Vitamina C (mg): 0,00 Energia (Kcal): 231,16					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 03/11	Terça-Feira, 04/11	Quarta-Feira, 05/11	Quinta-Feira, 06/11	Sexta-Feira, 07/11	Sábado, 08/11
REGULAR TARDE	<ul style="list-style-type: none"> • MOLHO DE CARNE E ABÓBORA 50G • MELÃO FATIADO 150G • MACARRÃO PARAFUSO 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • SAGU DE UVA 150G • CREME DE LEITE DE SOJA 20G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE LIMÃO 200ML • PÃO DE AVEIA SEM LEITE 50G • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • ARROZ 100G • ISCAS DE FRANGO E CENOURA 60G • MAÇÃ (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE MAÇÃ 200ML • SANDUÍCHE NATURAL SEM LEITE 100G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE MAÇÃ 200ML • PÃO DE AVEIA SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 12,33 Lipídios (g): 2,99 Carboidrato (g): 56,50 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 185,84 Vitamina C (mg): 7,05 Energia (Kcal): 294,46					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 10/11	Terça-Feira, 11/11	Quarta-Feira, 12/11	Quinta-Feira, 13/11	Sexta-Feira, 14/11	Sábado, 15/11
REGULAR TARDE	<ul style="list-style-type: none"> • RISOTO DE CARNE E ABOBRINHA 150G • LARANJA (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • CANJICA COM LEITE DE SOJA 200G • MAÇÃ (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE MORANGO 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • ISCAS DE CARNE E TOMATE 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • MACARRÃO PARAFUSO 100G • CARNE MOÍDA REFOGADA COM TOMATE 60G • MELANCIA FATIADA 150G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE UVA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • FRANGO E CENOURA PARA PÃO 60G 	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 15,84 Lipídios (g): 4,94 Carboidrato (g): 52,99 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 1791,89 Vitamina C (mg): 15,86 Energia (Kcal): 319,17					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 17/11	Terça-Feira, 18/11	Quarta-Feira, 19/11	Quinta-Feira, 20/11	Sexta-Feira, 21/11	Sábado, 22/11
REGULAR TARDE	<ul style="list-style-type: none"> • MACARRÃO PARAFUSO COLORIDO 100G • MOLHO DE FRANGO E ABOBRINHA 50G • MAÇÃ (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE ACEROLA 200ML • BOLO DE ABACAXI E CANELA SEM LEITE 50G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE MANGA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • CARNE MOÍDA REFOGADA 60G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G • TOMATE (RODELA) 15G 	FERIADO - CONSCIÊNCIA NEGRA	RECESSO	
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 14,43 Lipídios (g): 6,04 Carboidrato (g): 57,61 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 61,87 Vitamina C (mg): 221,47 Energia (Kcal): 336,89					

Tipo de Refeição	Segunda-Feira, 24/11	Terça-Feira, 25/11	Quarta-Feira, 26/11	Quinta-Feira, 27/11	Sexta-Feira, 28/11	Sábado, 29/11
REGULAR TARDE	<ul style="list-style-type: none"> • RISOTO DE FRANGO E CENOURA 150G • PÊSSEGO (1 un / 80G) 	<ul style="list-style-type: none"> • POLENTA 100G • MOLHO DE CARNE E BRÓCOLIS 50G • LARANJA (1 un / 100G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE MANGA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • CARNE MOÍDA PARA PÃO 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE GOIABA 200ML • PÃO FRANCÊS SEM LEITE 50G • FRANGO PARA PÃO COM TOMATE 60G 	<ul style="list-style-type: none"> • IOGURTE DE SOJA SABOR MORANGO 180ML • FLOCOS DE MILHO DIET, SEM GLÚTEN, LEITE, OVOS E SOJA 50G • BANANA (1 un / 130G) 	<ul style="list-style-type: none"> • SUCO POLPA DE MAÇÃ 200ML • PÃO DE AVEIA SEM LEITE 50G • REQUEIJÃO DE SOJA 15G
Tabela Nutricional						
Cálculo Semanal	Proteína (g): 13,05 Lipídios (g): 3,45 Carboidrato (g): 52,42 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 59,31 Vitamina C (mg): 19,07 Energia (Kcal): 287,70					
Cálculo Mensal	Proteína (g): 13,29 Lipídios (g): 3,92 Carboidrato (g): 54,50 Fósforo (mg): 0,00 Retinol (mg): 505,52 Vitamina C (mg): 42,88 Energia (Kcal): 301,46					