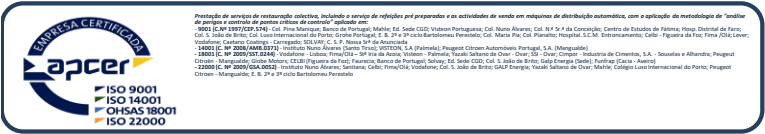


Semana de 14/07/2025 a 18/07/2025



gertal

					Proteína+ D3:G17F2 8D3:G16	Gordura	H. de Carbono	Valor Calórico
Segunda-Feira		Sopa	Grão	2,0 gr	3,2 gr	11,5 gr	76 Kcal	
		Prato	Frango estufado com arroz	29,1 gr	24,0 gr	18,8 gr	143 Kcal	
		Sobremesa	Fruta	0,2 gr	0,5 gr	13,4 gr	57 Kcal	
		Lanche	Papa de farinha maizena com fruta					
Terça-Feira		Sopa	Agrião	2,1 gr	3,2 gr	11,7 gr	84 Kcal	
		Prato	Badejo ao natural com batata cozida e arroz	13,1 gr	2,4 gr	21,9 gr	164 Kcal	
		Sobremesa	Fruta	0,2 gr	0,5 gr	13,4 gr	57 Kcal	
		Lanche	Papa de iogurte com fruta e flocos de aveia					
Quarta-Feira		Sopa	Creme de cenoura	4,6 gr	5,2 gr	24,1 gr	65 Kcal	
		Prato	Peru estufado com arroz e cenoura	14,7 gr	1,2 gr	11,0 gr	134 Kcal	
		Sobremesa	Fruta	0,2 gr	0,5 gr	13,4 gr	57 Kcal	
		Lanche	Papa de farinha de arroz com fruta					
Quinta-Feira		Sopa	Couve lombarda	3,8 gr	5,3 gr	24,0 gr	97 Kcal	
		Prato	Pescada cozida com batata e brócolos	7,2 gr	1,1 gr	10,1 gr	80 Kcal	
		Sobremesa	Fruta	0,2 gr	0,5 gr	13,4 gr	57 Kcal	
		Lanche	Papa de iogurte com fruta e flocos de aveia					
Sexta-Feira		Sopa	Lentilhas	8,4 gr	3,4 gr	22,8 gr	88 Kcal	
		Prato	Borrego estufado com fusilli	17,8 gr	2,9 gr	23,0 gr	190 Kcal	
		Sobremesa	Fruta	0,2 gr	0,5 gr	13,4 gr	57 Kcal	
		Lanche	Papa de farinha espelta com fruta					



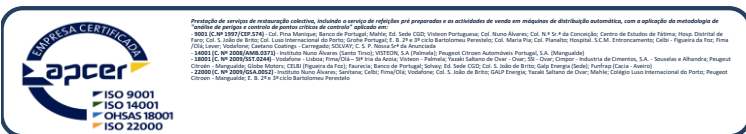
Semana de 21/07/2025 a 25/07/2025

[illegible]

Semana de 28/07/2025 a 01/08/2025



Sexta-Feira	Sopa	Creme de cenoura	8,4 gr	3,4 gr	22,8 gr	158 Kcal
	Prato	Frango estufado com fusilli tricolor	25,7 gr	4,3 gr	0,7 gr	155 Kcal
	Sobremesa	Fruta	0,2 gr	0,5 gr	13,4 gr	57 Kcal
	Lanche	Papa de farinha espelta com fruta				



FUNDAÇÃO CEBI- BERÇÁRIO

Semana de 04/08/2025 a 08/08/2025



gertal

					Proteína	Gordura	H. de Carbono	Valor Calórico
Segunda-Feira		Sopa	Creme de cenoura e courgete	2,0 gr	3,2 gr	11,5 gr	82 Kcal	
		Prato	Badejo cozido com batata e feijão verde	29,1 gr	24,0 gr	52,1 gr	545 Kcal	
		Sobremesa	Fruta	0,2 gr	0,5 gr	13,4 gr	57 Kcal	
		Lanche	Papa de farinha maizena com fruta					
Terça-Feira		Sopa	Creme de lentilhas	2,1 gr	3,2 gr	11,7 gr	84 Kcal	
		Prato	Vitela estufada com arroz e cenoura	15,7 gr	6,1 gr	34,8 gr	261 Kcal	
		Sobremesa	Fruta	0,2 gr	0,5 gr	13,4 gr	57 Kcal	
		Lanche	Papa de iogurte com fruta e flocos de aveia					
Quarta-Feira		Sopa	Legumes	1,9 gr	3,2 gr	10,7 gr	80 Kcal	
		Prato	Pescada cozida com legumes e brócolos	34,1 gr	15,0 gr	51,1 gr	481 Kcal	
		Sobremesa	Fruta	0,2 gr	0,5 gr	13,4 gr	57 Kcal	
		Lanche	Papa de farinha de arroz com fruta					
Quinta-Feira		Sopa	Agrião com abóbora	4,0 gr	5,2 gr	23,4 gr	158 Kcal	
		Prato	Frango corado com arroz e legumes	22gr	11,2 gr	19,7 gr	226 Kcal	
		Sobremesa	Fruta	0,2 gr	0,5 gr	13,4 gr	57 Kcal	
		Lanche	Papa de iogurte com fruta e flocos de aveia					
Sexta-Feira		Sopa	Couve portuguesa	3,1 gr	3,2 gr	13,1 gr	94 Kcal	
		Prato	Peixe estufado com legumes	24,7 gr	1,4 gr	35,4 gr	256 Kcal	
		Sobremesa	Fruta	0,2 gr	0,5 gr	13,4 gr	57 Kcal	
		Lanche	Papa de farinha espelta com fruta					

