

Cópia de Café Julho e Agosto 2026 - Diabetes

REFEIÇÕES	SEGUNDA - 27/07/26	TERÇA - 28/07/26	QUARTA - 29/07/26	QUINTA - 30/07/26	SEXTA - 31/07/26
Café da manhã	Chá mate natural sem açúcar Biscoito salgado integral	Chá mate natural sem açúcar Biscoito salgado integral	Biscoito salgado integral Margarina Chá mate natural sem açúcar	Biscoito salgado integral Nata Chá mate natural sem açúcar	Biscoito salgado integral Margarina Chá mate natural sem açúcar
Adequação Nutricional: Energia (kcal/kJ): 148.90 / 622.99 Proteína (g): 2.96 Lipídeos (g): 3.08 Carboidratos (g): 27.57 Sódio (mg): 179.24 Fibra Alimentar (g): 0.74					
REFEIÇÕES	SEGUNDA - 03/08/26	TERÇA - 04/08/26	QUARTA - 05/08/26	QUINTA - 06/08/26	SEXTA - 07/08/26
Café da manhã	Chá mate natural sem açúcar Biscoito salgado integral	Biscoito salgado integral Chá mate natural sem açúcar	Biscoito salgado integral Nata Chá mate natural sem açúcar	Biscoito salgado integral Margarina Chá mate natural sem açúcar	Biscoito salgado integral Chá mate natural sem açúcar Margarina
Adequação Nutricional: Energia (kcal/kJ): 151.11 / 632.24 Proteína (g): 2.84 Lipídeos (g): 2.89 Carboidratos (g): 28.26 Sódio (mg): 172.79 Fibra Alimentar (g): 1.03					
REFEIÇÕES	SEGUNDA - 10/08/26	TERÇA - 11/08/26	QUARTA - 12/08/26	QUINTA - 13/08/26	SEXTA - 14/08/26
Café da manhã	Chá mate natural sem açúcar Biscoito salgado integral	Chá mate natural sem açúcar Biscoito salgado integral	Biscoito salgado integral Chá mate natural sem açúcar Margarina	Biscoito salgado integral Margarina Chá mate natural sem açúcar	Biscoito salgado integral Manteiga Chá mate natural sem açúcar
Adequação Nutricional: Energia (kcal/kJ): 144.11 / 602.94 Proteína (g): 2.62 Lipídeos (g): 3.22 Carboidratos (g): 26.20 Sódio (mg): 153.97 Fibra Alimentar (g): 0.74					
REFEIÇÕES	SEGUNDA - 17/08/26	TERÇA - 18/08/26	QUARTA - 19/08/26	QUINTA - 20/08/26	SEXTA - 21/08/26
Café da manhã	Biscoito salgado integral Chá mate natural sem açúcar	Chá mate natural sem açúcar Biscoito salgado integral	Biscoito salgado integral Nata Chá mate natural sem açúcar	Biscoito salgado integral Margarina Chá mate natural sem açúcar	Biscoito salgado integral Manteiga Chá mate natural sem açúcar
Adequação Nutricional: Energia (kcal/kJ): 155.35 / 649.97 Proteína (g): 2.84 Lipídeos (g): 3.75 Carboidratos (g): 27.44 Sódio (mg): 172.45 Fibra Alimentar (g): 1.02					
REFEIÇÕES	SEGUNDA - 24/08/26	TERÇA - 25/08/26	QUARTA - 26/08/26	QUINTA - 27/08/26	SEXTA - 28/08/26
Café da manhã	Chá mate natural sem açúcar Biscoito salgado integral	Chá mate natural sem açúcar Biscoito salgado integral	Biscoito salgado integral Manteiga Chá mate natural sem açúcar	Biscoito salgado integral Margarina Chá mate natural sem açúcar	Biscoito salgado integral Chá mate natural sem açúcar Margarina
Adequação Nutricional: Energia (kcal/kJ): 166.38 / 696.14 Proteína (g): 2.80 Lipídeos (g): 3.37 Carboidratos (g): 31.18 Sódio (mg): 172.39 Fibra Alimentar (g): 1.03					

Observações: _____