Café Setembro 2026 - Diabetes

REFEIÇÕES	SEGUNDA - 31/08/26	TERÇA - 01/09/26	QUARTA - 02/09/26	QUINTA - 03/09/26	SEXTA - 04/09/26
Café da manhã	Biscoito salgado integral | Leite com chocolate em pó	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):** 140.75 / 588.89	**Proteina (g):** 3.11	**Lipídeos (g):** 3.23	**Carboidratos (g):** 24.83	**Sódio (mg):** 196.78 **Fibra Alimentar (g):** 1.02

REFEIÇÕES	SEGUNDA - 07/09/26	TERÇA - 08/09/26	QUARTA - 09/09/26	QUINTA - 10/09/26	SEXTA - 11/09/26
Café da manhã	Feriado - Feriado	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 | Chá mate natural sem açúcar | Margarina
Adequação Nutricional:	**Energia (kcal/kJ):** 139.44 / 583.42	**Proteina (g):** 2.82	**Lipídeos (g):** 2.72	**Carboidratos (g):** 25.68	**Sódio (mg):** 150.25 **Fibra Alimentar (g):** 0.80

REFEIÇÕES	SEGUNDA - 14/09/26	TERÇA - 15/09/26	QUARTA - 16/09/26	QUINTA - 17/09/26	SEXTA - 18/09/26
Café da manhã	Biscoito salgado integral | Leite com chocolate em pó	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):** 135.96 / 568.85	**Proteina (g):** 2.77	**Lipídeos (g):** 3.37	**Carboidratos (g):** 23.46	**Sódio (mg):** 171.50 **Fibra Alimentar (g):** 1.02

REFEIÇÕES	SEGUNDA - 21/09/26	TERÇA - 22/09/26	QUARTA - 23/09/26	QUINTA - 24/09/26	SEXTA - 25/09/26
Café da manhã	Chá mate natural sem açúcar | Biscoito salgado integral	Chá mate natural sem açúcar | Biscoito salgado integral	Biscoito salgado integral | Nata | Leite com chocolate em pó	Biscoito salgado integral | Margarina | Chá mate natural sem açúcar	Biscoito salgado integral | Manteiga | Chá mate natural sem açúcar
Adequação Nutricional:	**Energia (kcal/kJ):** 148.12 / 619.73	**Proteina (g):** 2.83	**Lipídeos (g):** 3.75	**Carboidratos (g):** 25.69	**Sódio (mg):** 172.28 **Fibra Alimentar (g):** 1.00

Observações: _____