Café Novembro 2026 - Alergia a amendoim e castanhas

REFEIÇÕES	SEGUNDA - 02/11/26	TERÇA - 03/11/26	QUARTA - 04/11/26	QUINTA - 05/11/26	SEXTA - 06/11/26
Café da manhã	Feriado - Feriado	Chá com açúcar | Biscoito doce chocolate (rosquinha)	Pão caseiro branco | Doce de leite | Chá mate natural sem açúcar	Pão caseiro branco | Nata | Chá mate natural sem açúcar	Pão caseiro branco | Margarina | Chá mate natural sem açúcar
Adequação Nutricional:	**Energia (kcal/kJ):** 150.04 / 627.76	**Proteina (g):** 3.19	**Lipídeos (g):** 3.13	**Carboidratos (g):** 27.29	**Sódio (mg):** 180.88 **Fibra Alimentar (g):** 0.80

REFEIÇÕES	SEGUNDA - 09/11/26	TERÇA - 10/11/26	QUARTA - 11/11/26	QUINTA - 12/11/26	SEXTA - 13/11/26
Café da manhã	Chá com açúcar | Biscoito doce chocolate (rosquinha)	Chá com açúcar | Biscoito doce sabor leite	Pão caseiro branco | Nata | Chá mate natural sem açúcar	Pão caseiro branco | Margarina | Leite com chocolate em pó	Pão caseiro branco | Chá mate natural sem açúcar | geleia de frutas
Adequação Nutricional:	**Energia (kcal/kJ):** 143.88 / 602.00	**Proteina (g):** 2.83	**Lipídeos (g):** 2.89	**Carboidratos (g):** 26.52	**Sódio (mg):** 172.63 **Fibra Alimentar (g):** 1.02

REFEIÇÕES	SEGUNDA - 16/11/26	TERÇA - 17/11/26	QUARTA - 18/11/26	QUINTA - 19/11/26	SEXTA - 20/11/26
Café da manhã	Chá com açúcar | Biscoito doce sabor leite	Chá com açúcar | Biscoito doce chocolate (rosquinha)	Pão caseiro branco | Chá mate natural sem açúcar | geleia de frutas	Pão caseiro branco | Margarina | Chá mate natural sem açúcar	Feriado - Feriado
Adequação Nutricional:	**Energia (kcal/kJ):** 141.90 / 593.71	**Proteina (g):** 2.49	**Lipídeos (g):** 2.69	**Carboidratos (g):** 27.07	**Sódio (mg):** 152.56 **Fibra Alimentar (g):** 0.70

REFEIÇÕES	SEGUNDA - 23/11/26	TERÇA - 24/11/26	QUARTA - 25/11/26	QUINTA - 26/11/26	SEXTA - 27/11/26
Café da manhã	Biscoito tipo Maria | Leite com chocolate em pó	Chá com açúcar | Biscoito doce chocolate (rosquinha)	Pão caseiro branco | Nata | Chá mate natural sem açúcar	Pão caseiro branco | Margarina | Chá mate natural sem açúcar	Pão caseiro branco | Manteiga | Chá mate natural sem açúcar
Adequação Nutricional:	**Energia (kcal/kJ):** 136.52 / 571.21	**Proteina (g):** 2.82	**Lipídeos (g):** 3.75	**Carboidratos (g):** 22.71	**Sódio (mg):** 171.92 **Fibra Alimentar (g):** 1.00

Observações: _____