

CARDÁPIO SEMANAL – PADRÃO

Nutricionista responsável: Bruna Satie Ando CRN3: 47624

Refeição	Quarta – Feira	Quinta – Feira	Sexta – Feira	Sábado	Domingo	Segunda – Feira	Terça – Feira
	17/04/2024	18/04/2024	19/04/2024	20/04/2024	21/04/2024	22/04/2024	23/04/2024
Café da manhã 7:30h às 8:30h	Café com leite/ Pão francês / pão/ de forma integral com margarina	Café com leite Pão francês / pão de forma integral com margarina	Café com leite Pão francês / pão de forma integral com margarina	Café com leite Pão francês / pão de forma integral com margarina	Café com leite Pão francês / pão de forma integral com margarina	Café com leite Pão francês / pão de forma integral com margarina	Café com leite Pão francês / pão de forma integral com margarina
Fruta – 9h.	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Almoço 11:30h às 13h	Carne de panela Arroz Tutu de feijão Couve refogada Salada de chuchu com tomate Sobremesa G e DM: Abacaxi assado com canela	Frango assado com calda de laranja Macarrão alho e óleo Beterraba refogada Salada de alface americana Sobremesa G: Pavê de pêssego DM: Pavê de pêssego Diet	Peixe assado ao molho de alcaparras Arroz Lentilha Berinjela refogada Salada de agrião Sobremesa: G: Gelatina DM: Gelatina Diet	Escondidinho de carne seca com mandioquinha Arroz Feijão Escarola refogada Salada de alface com rabanete Sobremesa G: Sorvete DM: Sorvete Diet	Lasanha de frango com queijo ao sugo Arroz Brócolis refogado Salada de agrião Sobremesa G: Manjar de coco com calda de ameixa DM: Manjar de coco com calda de ameixa Diet	Fritada de atum Arroz Feijão com linguiça Batata doce assada Salada de catalonia com tomate Sobremesa G e DM: Fruta	Abobrinha recheada com carne ao sugo Arroz Feijão Nabo gratinado Salada de agrião com rabanete Sobremesa G: Brigadeiro de colher DM: Trufa Diet
Hidratação – 14h	Suco	Gelatina	Suco	Gelatina	Suco	Gelatina	Suco
Lanche da tarde 15h as 16h	Pão integral com patê de ricota e ervas Achocolatado	Bolo de chocolate com calda de chocolate Suco	Torta de frango com requeijão Café com leite	Cookie de aveia com calda de chocolate Chá	Pão francês com pernil e vinagrete Suco	Bolo de mandioca com calda de laranja Chá	Pão caseiro com brócolis e queijo Achocolatado
Jantar 18:30 às 19:30h	Sopa de frango com macarrão	Sopa de legumes com mandioca	Sopa de carne com mandioquinha	Sopa cremosa de caldo verde	Sopa de feijão com legumes	Sopa de frango com abóbora	Sopa de legumes com croustons
Ceia 20h às 21h	G: Mingau de leite de coco DM: Mingau de leite de coco c/ adoçante	G: Mingau de aveia DM: Mingau de aveia com adoçante	G: Mingau de baunilha DM: Mingau de baunilha c/ adoçante	G: Mingau de amido DM: Mingau de amido adoçante	G: Mingau de fubá DM: Mingau de fubá c/ adoçante	G: Mingau de aveia com chocolate DM: Mingau de aveia com chocolate e adoçante	G: Mingau de morango DM: Mingau de morango c/ adoçante

*De acordo com a temperatura do dia, o suco pode ser substituído por chá ou água aromatizada. *Cardápio sujeito a alterações

G = Dieta Geral

DM = Dieta para Diabéticos

