CARDÁPIO SEMANAL

Nutricionista responsável: Bruna Satie Ando CRN3: 47624

Refeição	Quarta – Feira	Quinta – Feira	Sexta – Feira	Sábado	Domingo	Segunda – Feira	Terça – Feira
	25/11/2026	26/11/2026	27/11/2026	28/11/2026	29/11/2026	30/11/2026	01/12/2026
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 Feijão Farofa de bacon Salada de agrião, acelga e tomate Sobremesa G: Gelatina cremosa DM: Gelatina cremosa diet	Sobrepaleta suína ao molho de mostarda Arroz Feijão Beterraba refogada Salada verde, tomate e cebola Sobremesa G: Pavê de chocolate com café DM: Creme de chocolate	Filé de peixe empanado com molho tártaro Arroz Feijão Batata rústica salteada com alecrim e salsa Salada de alface crespa, tomate e cebola Sobremesa G: Romeu e julieta cremoso DM: Gelatina diet	Picadinho de frango com creme de legumes Arroz de preguiçoso (Receita da Stella) Feijão Couve refogada Salada de chuchu com limão e salsa Sobremesa G: Topbel DM: Pudim de doce de leite	Rondelle de presunto e queijo ao sugo Abobrinha grelhada Salada de rúcula, alface americana e tomate Sobremesa G e DM: Sorvete natural de mamão	Carne acebolada desfiada com molho defumado Arroz Feijão Purê de cenoura Salada de acelga Sobremesa G: Danoninho caseiro DM: Gelatina de morango	Frango assado Arroz Feijão Creme de milho Salada de chicória com cebola roxa Sobremesa G e DM: Creme de manga com raspas de limão e hortelã
Hidratação – 14h	Suco	Suco	Suco	Suco	Suco	Suco	Suco
Lanche da tarde 15h as 16h	Bolo divino (Receita da Darci) Bebida de morango gelada	Lanche natural (Patê de frango, alface, tomate) Suco	Panqueca de cenoura com calda de chocolate Chá de camomila	Hot-dog de forno Suco	Cookies de chocolate Café com leite	Pastelão de bacon com alho-poró Suco	Bolo de limão gelado Chá de erva-doce
Jantar 18:30 às 19:30h	Sopa de carne com legumes	Caldo suíno com macarrão	Sopa de legumes com peixe branco e açafrão	Sopa cremosa de frango	Sopa de carne com tomate e macarrão	Caldo de carne com legumes cremoso	Canja de galinha
Ceia 20h às 21h	G: Mingau de aveia DM: Mingau de aveia c/ adoçante	G: Mingau de baunilha DM: Mingau de baunilha c/ adoçante	G: Mingau de chocolate DM: Mingau de chocolate c/ adoçante	G: Mingau de cereais DM: Mingau de cereais c/ adoçante	G: Mingau de canela DM: Mingau de canela c/ adoçante	G: Mingau de morango DM: Mingau de morango c/ adoçante	G: Mingau de leite de coco DM: Mingau de leite de coco c/ adoçante