

CARDÁPIO SEMANAL – PADRÃO

Nutricionista responsável: Bruna Satie Ando CRN3: 47624

Refeição	Quarta – Feira	Quinta – Feira	Sexta – Feira	Sábado	Domingo	Segunda – Feira	Terça – Feira
	24/04/2024	25/04/2024	26/04/2024	27/04/2024	28/04/2024	29/04/2024	30/04/2024
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	Frango de panela Arroz Feijão Polenta cremosa Salada de quiabo cozido Sobremesa G: Gelado de abacaxi DM: Gelado de abacaxi diet	Strogonofe de carne Arroz Feijão Chuchu refogado com cenoura Salada de alface com tomate Sobremesa G e DM: Fruta	Peixe empanado ao molho tártaro Arroz Lentilha Ratatouille Salada de agrião Sobremesa G: Mousse de maracujá DM: Gelatina de morango Diet	Frango assado Arroz Feijão com linguiça Farofa de beterraba Salada de maionese Sobremesa G: Beijinho de colher DM: Cocada Diet	Panqueca de carne moída ao sugo Arroz Grão de bico Abobrinha refogada Salada de catalonia Sobremesa G: Sorbet de melancia DM: Sorbet de melancia Diet	Kibe de frango ao molho de ervas Arroz Feijão Beterraba refogada Salada de escarola Sobremesa G e DM: Fruta	Ovo pouche Arroz de forno Feijão Espinafre refogado Salada de brócolis com tomate e cenoura Sobremesa G: Doce de abóbora caseiro DM: Doce de abóbora caseiro Diet
Hidratação – 14h	Gelatina	Suco	Gelatina	Suco	Gelatina	Suco	Gelatina
Lanche da tarde 15h as 16h	Sonho de doce de leite Café com leite	Pastel de frango com tomate Achocolatado	Bolo de laranja com calda de laranja Chá	Pão de hot dog com salsicha, purê, ketchup e mostarda Suco	Torta de banana cremosa Chá	Torta de atum com legumes Suco	Bisnaguinha com geleia Café com leite
Jantar 18:30 às 19:30h	Sopa de carne com legumes	Sopa de feijão batido com macarrão	Sopa cremosa de carne com mandioca	Sopa cremosa de caldo verde	Sopa de frango com legumes e macarrão	Sopa de legumes com macarrão	Sopa de carne com macarrão e legumes
Ceia 20h às 21h	G: Mingau de aveia DM: Mingau de aveia Diet	G: Mingau de baunilha DM: Mingau de baunilha Diet	G: Mingau de chocolate DM: Mingau de chocolate Diet	G: Mingau de fubá DM: Mingau de fubá Diet	G: Mingau de canela DM: Mingau de canela Diet	G: Mingau de morango DM: Mingau de morango Diet	G: Mingau de leite de coco DM: Mingau de leite de coco Diet

*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

