

# CARDÁPIO SEMANAL

Nutricionista responsável: Bruna Satie Ando CRN3: 47624

Refeição	Quarta – Feira	Quinta – Feira	Sexta – Feira	Sábado	Domingo	Segunda – Feira	Terça – Feira
	22/01/2025	23/01/2025	24/01/2025	25/01/2025	26/01/2025	27/01/2025	28/01/2025
<b>Café da manhã</b> 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
<b>Fruta – 9h.</b>	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
<b>Almoço</b> 11:30h às 13h	Iscas de carne na pressão ao molho barbecue Arroz Feijão Cenoura assada Salada de folhas mistas  Sobremesa G: Gelatina colorida com creme DM: Gelatina colorida com creme	Frango xadrez Arroz colorido Feijão Salada de pepino  Sobremesa G e DM: Salada de frutas	Moqueca (Luzia Neide) Arroz Grão de bico Beterraba refogada Salada agrião  Sobremesa G: Romeu e julietta cremoso DM: Fruta	Carne moída com pimentão (cebola, tomate e temperos) (Tânia) Arroz Feijão Salada de rúcula com rabanete  Sobremesa G: Sorvete (Eliana) DM: Sorvete Diet	Frango assado ao molho de mostarda e mel Espaguete ao sugo Salada de almeirão com cenoura ralada  Sobremesa G: Torta Holandesa (Tânia) DM: Mousse de chocolate Diet	Ovo mexido Arroz Feijão Batata assada Salada de alface americana  Sobremesa G: Brigadeiro de leite em pó DM: Brigadeiro de leite em pó Diet	Escondidinho gourmet Arroz Feijão Salada de almeirão  Sobremesa G. e DM: Pera assada com canela
<b>Hidratação – 14h</b>	Suco	Suco	Suco	Suco	Suco	Suco	Suco
<b>Lanche da tarde</b> 15h as 16h	Torta de legumes  Suco	Bolo de fubá com erva-doce  Café com leite	Pão caseiro com ervas  Suco	Pão de rei  Chá	Pastel de creme de queijo  Suco	Canjica	Brusquetta marguerita  Suco
<b>Jantar</b> 18:30 às 19:30h	Sopa de carne	Creme de mandioca com cebolinha	Caldo verde	Polenta com carne	Creme de abóbora com frango	Sopa de macarrão	Caldo de feijão
<b>Ceia</b> 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

\*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