## **Semana de 09/05 a 13/05**

Elaborado pela nutricionista Thayanne Moreira CRN4 12100915

# **Cardápio semanal**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Segunda-feira** | **Terça-feira** | **Quarta-feira** | **Quinta-feira** | **Sexta-feira** |
| **Colação** | Caqui | Pera | Laranja | Melancia | Banana |
| **Almoço** | Ovo pochê com espinafre  Abóbora refogada  Arroz  Feijão | Carne ensopada  Duque de legumes  (chuchu e batata doce)  Arroz  Feijão | Isca de frango acebolada  Farofa de couve  Arroz  Feijão | Carne moída com ervilha, vagem e cenoura  Macarrão  Feijão | Escondidinho de frango  Abobrinha refogada  Arroz  Feijão |
| **Sobremesa** | Melão | Gelatina | Salada de frutas | Maçã | Mamão |
| **Lanche** | Suco de caju e pão com requeijão | Arroz doce | Sacolé de manga e torrada | Leite com chocolate e cream cracker | Mate e pão com queijo branco |
| **Jantar** | Frango ensopado  Polenta  Arroz  Feijão | Isca de fígado  Purê de batata  Arroz  Feijão | Sopa de legumes frango e massinha | Frango ensopado  Beterraba  Arroz  Feijão | Sopa de ervilha com carne e massinha |