## **Semana de 06/06 a 10/06**

Elaborado pela nutricionista Thayanne Moreira CRN4 12100915

# **Cardápio semanal**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Segunda-feira** | **Terça-feira** | **Quarta-feira** | **Quinta-feira** | **Sexta-feira** |
| **Colação** | Caqui | Laranja | Banana | Tangerina | Goiaba |
| **Almoço** | Omelete de forno  Duque de legumes  (Cenoura e vagem)  Arroz  Feijão | Frango ensopado com agrião  Beterraba  Arroz  Feijão | Almôndega de carne  Purê de batata  Arroz  Feijão | Carne ensopada Abóbora cozida  Macarrão  Feijão | Frango ensopado  Abobrinha refogada  Arroz  Feijão  Salada de alface e tomate |
| **Sobremesa** | Maçã | Melancia | Gelatina | Salada de frutas | Melão |
| **Lanche** | Suco de uva e pão com queijo minas | Leite com chocolate e torrada | Suco de goiaba e pão com requeijão | Vitamina de abacate e cream cracker | Suco de caju e pão doce simples |
| **Jantar** | Carne moída  Aipim cozido  Arroz  Feijão | Sopa de feijão com carne e massinha | Frango ensopado  Pirão de legumes  Arroz  Feijão | Canja de galinha | Peixe ensopado  Creme de brócolis  Arroz  Feijão |