## **Semana de 01/08 a 05/08**

Elaborado pela nutricionista Thayanne Moreira CRN4 12100915

# **Cardápio semanal**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Segunda-feira** | **Terça-feira** | **Quarta-feira** | **Quinta-feira** | **Sexta-feira** |
| **Colação** | Mamão | Tangerina | Banana | Melancia | Manga |
| **Almoço** | Omelete de forno  Duque de legumes  (Cenoura e chuchu)  Arroz  Feijão | Frango ensopado com agrião  Beterraba  Arroz  Feijão | Carne moída com vagem e cenoura  Macarrão  Feijão | Frango ensopado  Purê de abóbora  Arroz  Feijão  Salada de alface e tomate | Isca de carne acebolada  Farofa de couve  Arroz  Feijão |
| **Sobremesa** | Melão | Maçã | Gelatina | Salada de frutas | Laranja |
| **Lanche** | Suco de maracujá e pão com requeijão | Leite com chocolate e torrada | Suco de goiaba e pão com queijo | Vitamina de morango e cream cracker | Café com leite e bolo simples |
| **Jantar** | Carne moída  Aipim cozido  Arroz  Feijão | Sopa de ervilha com carne | Peixe ensopado  Pirão de legumes  Arroz  Feijão | Sopa de feijão com carne e massinha | Isca de fígado  Purê de batata  Arroz  Feijão |