## **Semana de 22/08 a 26/08**

Elaborado pela nutricionista Thayanne Moreira CRN4 12100915

# **Cardápio semanal**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Segunda-feira** | **Terça-feira** | **Quarta-feira** | **Quinta-feira** | **Sexta-feira** |
| **Colação** | Melancia | Tangerina | Mamão | Maçã | Goiaba |
| **Almoço** | Carne ensopada com milho  Abóbora cozida  Arroz  Feijão | Frango ensopado com quiabo  Polenta  Arroz  Feijão | Ovo pochê com espinafre  Beterraba cozida  Arroz  Feijão | Carne assada com agrião  Cenoura e vagem cozidas  Macarrão  Feijão | Frango ensopado  Batata doce  Arroz  Feijão  Salada de alface e tomate |
| **Sobremesa** | Banana | Melão | Salada de frutas | Gelatina | Manga |
| **Lanche** | Leite com chocolate e cracker | Suco de maracujá e pão com requeijão | Suco de cajú e bolo simples | Café com leite e pão com queijo | Suco de uva e torrada com manteiga |
| **Jantar** | Canja de galinha | Carne moída  Aipim cozido Arroz  Feijão | Sopa de feijão com massinha e carne | Fígado de frango  Purê de batata  Arroz  Feijão | Sopa de legumes com carne |