## **Semana de 24/07 a 28/07**

Elaborado pela nutricionista Thayanne Moreira CRN4 12100915

# **Cardápio semanal**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Segunda-feira** | **Terça-feira** | **Quarta-feira** | **Quinta-feira** | **Sexta-feira** |
| **Colação** | Manga | Banana | Laranja | Maçã | Melancia |
| **Almoço** | Carne moída com ervilha e cenoura  Macarrão  Feijão | Frango ensopado  Beterraba cozida  Arroz  Feijão | Peixe ensopado  Pirão de legumes  Arroz  Feijão | Risotinho de frango com vagem, cenoura, milho e ervilha  Feijão  Salada de alface e tomate | Carne ensopada  Abóbora refogada  Arroz  Feijão |
| **Sobremesa** | Melão | Tangerina | Salada de frutas | Gelatina | Mamão |
| **Lanche** | Suco de caju e pão com queijo | Leite com chocolate e cream cracker | Suco de goiaba e bolo simples | Vitamina de banana e aveia e cream cracker | Suco de uva e pão com requeijão |
| **Jantar** | Ovo mexido  Duque de legumes  (Batata e chuchu)  Arroz  Feijão | Carne ensopada  Abobrinha  Arroz  Feijão | Sopa de ervilha com carne | Fígado de frango  Purê de batata doce  Arroz  Feijão | Sopa de legumes com frango |