

**Almoço Maio 2 - Alergia a amendoim e castanhas**

REFEIÇÕES	SEGUNDA - 04/05/26	TERÇA - 05/05/26	QUARTA - 06/05/26	QUINTA - 07/05/26	SEXTA - 08/05/26
Almoço	Arroz cozido   Feijão preto   Carne musculo refogado desfiado	Risoto de frango (arroz, frango, cheiro verde)   Salada de alface	Refogado de couve   Arroz cozido   Carne suína pernil refogado   Feijão (virado/farinha milho)	Batata inglesa cozida (Purê)   Arroz cozido   Feijão preto   Carne moída refogada	Salada de tomate   Pirogue (batata com repolho)
<b>Adequação Nutricional: Energia (kcal/kJ): 369.47 / 1545.85 Proteína (g): 14.73 Lipídeos (g): 13.59 Carboidratos (g): 47.67 Sódio (mg): 1224.54 Fibra Alimentar (g): 7.74</b>					
REFEIÇÕES	SEGUNDA - 11/05/26	TERÇA - 12/05/26	QUARTA - 13/05/26	QUINTA - 14/05/26	SEXTA - 15/05/26
Almoço	Arroz cozido   Feijão preto   Carne isca de frango (peito) acebolado	Canjiquinha com carne suína   Salada de repolho	Risoto de frango (arroz, frango, cheiro verde)   Salada de beterraba	Arroz cozido   Feijão preto   Carne isca de (bife) acebolado   salada de couve flor	Polenta com molho de carne moída   Salada de cenoura
<b>Adequação Nutricional: Energia (kcal/kJ): 348.67 / 1458.82 Proteína (g): 15.22 Lipídeos (g): 12.16 Carboidratos (g): 44.85 Sódio (mg): 931.92 Fibra Alimentar (g): 6.28</b>					
REFEIÇÕES	SEGUNDA - 18/05/26	TERÇA - 19/05/26	QUARTA - 20/05/26	QUINTA - 21/05/26	SEXTA - 22/05/26
Almoço	Arroz cozido   Feijão preto   Carne isca de frango (peito) acebolado	Farofa de couve   Arroz cozido   Carne suína pernil refogado	Risoto de carne (arroz, carne bovina, cheiro verde)   Salada de Pepino	Feijão preto   Carne moída com extrato de tomate   Arroz cozido   Batata inglesa cozida	Polenta com molho de carne de frango   salada de brócolis
<b>Adequação Nutricional: Energia (kcal/kJ): 327.92 / 1372.03 Proteína (g): 13.23 Lipídeos (g): 12.13 Carboidratos (g): 41.62 Sódio (mg): 1030.99 Fibra Alimentar (g): 6.23</b>					
REFEIÇÕES	SEGUNDA - 25/05/26	TERÇA - 26/05/26	QUARTA - 27/05/26	QUINTA - 28/05/26	SEXTA - 29/05/26
Almoço	Arroz cozido   Feijão preto   Carne Frango coxa e sobrecoxa refogada	Polenta com molho de carne moída	Risoto de frango Integral (arroz, frango, cheiro verde)   Salada de tomate	Macarrão parafuso   Carne frango coxa e sobrecoxa desfiado com extrato de tomate	Canjiquinha   Carne suína pernil refogado   Salada de repolho
<b>Adequação Nutricional: Energia (kcal/kJ): 375.01 / 1569.04 Proteína (g): 13.52 Lipídeos (g): 10.75 Carboidratos (g): 55.94 Sódio (mg): 599.04 Fibra Alimentar (g): 4.50</b>					

Observações: \_\_\_\_\_