

## Lanche Maio 2 - Diabetes

REFEIÇÕES	SEGUNDA - 04/05/26	TERÇA - 05/05/26	QUARTA - 06/05/26	QUINTA - 07/05/26	SEXTA - 08/05/26
Lanche da Tarde	Polenta com molho de carne moída	Feijão preto   Arroz integral   Carne frango coxa e sobrecoxa desfiado com extrato de tomate   Mandioca cozida   Salada de Chuchu	Fruta banana   Biscoito salgado integral   Chá mate natural sem açúcar	Sopa frango(coxa/sobrecoxa) batata salsa/cenoura/repolho e mac caramujinho	Arroz integral   Feijão preto   Carne músculo picado com extrato de tomate   Salada de tomate   Pera
<b>Adequação Nutricional:</b> Energia (kcal/kJ): 403.40 / 1687.81 Proteína (g): 14.78 Lipídeos (g): 9.76 Carboidratos (g): 65.64 Sódio (mg): 576.71 Fibra Alimentar (g): 8.55					
REFEIÇÕES	SEGUNDA - 11/05/26	TERÇA - 12/05/26	QUARTA - 13/05/26	QUINTA - 14/05/26	SEXTA - 15/05/26
Lanche da Tarde	Macarrão espaguete Integral   Carne moída com extrato de tomate	Feijão preto   Arroz integral   Salada de cenoura   Batata doce cozida   Carne Frango coxa e sobrecoxa refogada	Farofa de repolho   Ovo mexido   Arroz integral   Salada de beterraba   Fruta Laranja	Chá mate natural sem açúcar   Biscoito salgado integral   Fruta mamão	Arroz integral   Feijão preto   Carne músculo picado com extrato de tomate   Salada de repolho
<b>Adequação Nutricional:</b> Energia (kcal/kJ): 498.25 / 2084.69 Proteína (g): 16.95 Lipídeos (g): 12.28 Carboidratos (g): 81.10 Sódio (mg): 580.22 Fibra Alimentar (g): 9.41					
REFEIÇÕES	SEGUNDA - 18/05/26	TERÇA - 19/05/26	QUARTA - 20/05/26	QUINTA - 21/05/26	SEXTA - 22/05/26
Lanche da Tarde	Canjiquinha com carne suína	Arroz integral   Feijão preto   Batata inglesa cozida   Carne frango coxa e sobrecoxa desfiado com extrato de tomate	Polenta com molho de carne musculo desfiado   Salada de alface   Fruta Maça	Salada de Pepino   Macarrão penne com extrato tomate   Carne de frango (coxa e sobrecoxa sem dorso)	Fruta banana   Chá mate natural sem açúcar   Biscoito salgado integral
<b>Adequação Nutricional:</b> Energia (kcal/kJ): 417.00 / 1744.72 Proteína (g): 14.02 Lipídeos (g): 9.58 Carboidratos (g): 70.23 Sódio (mg): 589.30 Fibra Alimentar (g): 6.48					
REFEIÇÕES	SEGUNDA - 25/05/26	TERÇA - 26/05/26	QUARTA - 27/05/26	QUINTA - 28/05/26	SEXTA - 29/05/26
Lanche da Tarde	Carne moída com extrato de tomate   Macarrão penne com extrato tomate	Feijão preto   Arroz integral   Refogado de repolho   Carne Frango coxa e sobrecoxa refogada	Biscoito salgado integral   Fruta mamão	Polenta com molho de carne moída   Salada de tomate   Fruta Laranja	Arroz integral   Feijão preto   Batata inglesa cozida   Carne frango coxa e sobrecoxa desfiado com extrato de tomate
<b>Adequação Nutricional:</b> Energia (kcal/kJ): 463.37 / 1938.74 Proteína (g): 16.58 Lipídeos (g): 11.23 Carboidratos (g): 75.13 Sódio (mg): 580.69 Fibra Alimentar (g): 8.77					

Observações: \_\_\_\_\_