

Lanche Maio 2 - Intolerância à lactose

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 cozido Carne frango coxa e sobrecoxa desfiado com extrato de tomate Mandioca cozida Salada de Chuchu	Pudim de coco (leite sem lactose) Fruta banana	Sopa frango(coxa/sobrecoxa) batata salsa/cenoura/repolho e mac caramujinho	Arroz cozido Feijão preto Carne músculo picado com extrato de tomate Salada de tomate Pera
Adequação Nutricional: Energia (kcal/kJ): 380.82 / 1593.35 Proteína (g): 13.45 Lipídeos (g): 13.24 Carboidratos (g): 53.34 Sódio (mg): 847.52 Fibra Alimentar (g): 6.92					
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 Carne moída com extrato de tomate	Feijão preto Arroz cozido Salada de cenoura Batata doce cozida Carne Frango coxa e sobrecoxa refogada	Farofa de repolho Ovo mexido Arroz cozido Salada de beterraba Fruta Laranja	Chá com açúcar Biscoito doce sabor leite Fruta mamão	Arroz cozido Feijão preto Carne músculo picado com extrato de tomate Salada de repolho
Adequação Nutricional: Energia (kcal/kJ): 445.88 / 1865.55 Proteína (g): 14.76 Lipídeos (g): 14.56 Carboidratos (g): 64.75 Sódio (mg): 1028.51 Fibra Alimentar (g): 7.44					
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 cozido 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)	Sagu com polpa de uva Fruta banana
Adequação Nutricional: Energia (kcal/kJ): 387.13 / 1619.75 Proteína (g): 12.71 Lipídeos (g): 9.63 Carboidratos (g): 63.86 Sódio (mg): 711.38 Fibra Alimentar (g): 5.28					
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 cozido Refogado de repolho Carne Frango coxa e sobrecoxa refogada	Canjica com coco (leite sem lactose) Fruta mamão	Polenta com molho de carne moída Salada de tomate Fruta Laranja	Arroz cozido Feijão preto Batata inglesa cozida Carne frango coxa e sobrecoxa desfiado com extrato de tomate
Adequação Nutricional: Energia (kcal/kJ): 475.73 / 1990.46 Proteína (g): 16.39 Lipídeos (g): 15.56 Carboidratos (g): 68.47 Sódio (mg): 851.21 Fibra Alimentar (g): 7.82					

Observações: _____