

Lanche Junho - Diabetes

REFEIÇÕES	SEGUNDA - 01/06/26	TERÇA - 02/06/26	QUARTA - 03/06/26	QUINTA - 04/06/26	SEXTA - 05/06/26
Lanche da Tarde	Polenta com molho de carne moída	Pudim de coco (leite sem lactose) Melão	Feijão preto Arroz integral Carne frango coxa e sobrecoxa desfiado com extrato de tomate Refogado Abobrinha picada simples	Não há refeição cadastrada	Não há refeição cadastrada
Adequação Nutricional: Energia (kcal/kJ): 426.49 / 1784.41 Proteína (g): 13.63 Lipídeos (g): 12.93 Carboidratos (g): 64.61 Sódio (mg): 438.09 Fibra Alimentar (g): 6.22					
REFEIÇÕES	SEGUNDA - 08/06/26	TERÇA - 09/06/26	QUARTA - 10/06/26	QUINTA - 11/06/26	SEXTA - 12/06/26
Lanche da Tarde	Macarrão espaguete Integral Carne moída com extrato de tomate	Feijão preto Arroz integral Carne Frango coxa e sobrecoxa refogada salada de brócolis Batata inglesa cozida	Farofa de repolho Arroz integral Salada de beterraba Carne suína pernil refogado Fruta kiwi	Chá mate natural sem açúcar Biscoito salgado integral Fruta mamão	Não há refeição cadastrada
Adequação Nutricional: Energia (kcal/kJ): 429.03 / 1795.05 Proteína (g): 13.72 Lipídeos (g): 10.43 Carboidratos (g): 71.36 Sódio (mg): 558.35 Fibra Alimentar (g): 7.91					
REFEIÇÕES	SEGUNDA - 15/06/26	TERÇA - 16/06/26	QUARTA - 17/06/26	QUINTA - 18/06/26	SEXTA - 19/06/26
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	Salada de Pepino Carne de frango (coxa e sobrecoxa sem dorso) Macarrão espaguete Integral ao sugo Fruta Poncã	Fruta banana Chá mate natural sem açúcar Biscoito salgado integral
Adequação Nutricional: Energia (kcal/kJ): 353.68 / 1479.80 Proteína (g): 13.01 Lipídeos (g): 8.93 Carboidratos (g): 57.06 Sódio (mg): 535.75 Fibra Alimentar (g): 5.67					
REFEIÇÕES	SEGUNDA - 22/06/26	TERÇA - 23/06/26	QUARTA - 24/06/26	QUINTA - 25/06/26	SEXTA - 26/06/26
Lanche da Tarde	Macarrão penne com extrato tomate Carne moída com extrato de tomate	Feijão preto Arroz integral Carne Frango coxa e sobrecoxa refogada Refogado Abobrinha picada simples	Biscoito salgado integral Fruta mamão	Arroz integral Feijão preto Carne frango coxa e sobrecoxa desfiado com extrato de tomate Refogado de chuchu	Sopa frango(coxa/sobrecoxa)batata/cenoura macarrão caramujinho Fruta Maça
Adequação Nutricional: Energia (kcal/kJ): 471.88 / 1974.35 Proteína (g): 15.60 Lipídeos (g): 12.54 Carboidratos (g): 75.36 Sódio (mg): 731.80 Fibra Alimentar (g): 8.91					
REFEIÇÕES	SEGUNDA - 29/06/26	TERÇA - 30/06/26	QUARTA - 01/07/26	QUINTA - 02/07/26	SEXTA - 03/07/26
Lanche da Tarde	Polenta com molho de carne moída	Arroz integral Farofa de ovos com espinafre Fruta banana	Dia não incluído no cardápio	Dia não incluído no cardápio	Dia não incluído no cardápio
Adequação Nutricional: Energia (kcal/kJ): 439.48 / 1838.78 Proteína (g): 13.36 Lipídeos (g): 8.54 Carboidratos (g): 78.63 Sódio (mg): 284.31 Fibra Alimentar (g): 5.50					

Observações: _____