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):** 370.50 / 1550.18	**Proteina (g):** 12.97	**Lipídeos (g):** 11.55	**Carboidratos (g):** 54.69	**Sódio (mg):** 414.55 **Fibra Alimentar (g):** 6.79

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):** 365.29 / 1528.35	**Proteina (g):** 12.24	**Lipídeos (g):** 10.56	**Carboidratos (g):** 56.49	**Sódio (mg):** 532.27 **Fibra Alimentar (g):** 7.31

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):** 301.33 / 1260.75	**Proteina (g):** 11.49	**Lipídeos (g):** 8.26	**Carboidratos (g):** 46.70	**Sódio (mg):** 480.14 **Fibra Alimentar (g):** 5.43

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):** 408.03 / 1707.18	**Proteina (g):** 14.50	**Lipídeos (g):** 11.79	**Carboidratos (g):** 62.00	**Sódio (mg):** 677.93 **Fibra Alimentar (g):** 8.85

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):** 377.25 / 1578.38	**Proteina (g):** 11.55	**Lipídeos (g):** 8.94	**Carboidratos (g):** 63.86	**Sódio (mg):** 284.76 **Fibra Alimentar (g):** 4.46

Observações: _____