Lanche Junho - Intolerância à lactose

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 cozido | 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):** 320.36 / 1340.37	**Proteina (g):** 11.83	**Lipídeos (g):** 11.78	**Carboidratos (g):** 42.82	**Sódio (mg):** 636.16 **Fibra Alimentar (g):** 6.02

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 | Carne moída com extrato de tomate	Feijão preto | Arroz cozido | Carne Frango coxa e sobrecoxa refogada | salada de brócolis | Batata inglesa cozida	Farofa de repolho | Arroz cozido | Salada de beterraba | Carne suína pernil refogado | Fruta kiwi	Chá com açúcar | Biscoito doce chocolate (rosquinha) | Fruta mamão	Não há refeição cadastrada
Adequação Nutricional:	**Energia (kcal/kJ):** 340.98 / 1426.67	**Proteina (g):** 11.16	**Lipídeos (g):** 11.01	**Carboidratos (g):** 50.32	**Sódio (mg):** 877.72 **Fibra Alimentar (g):** 6.16

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 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	Salada de Pepino | Fruta Poncã | Carne frango coxa e sobrecoxa desfiado com extrato de tomate | Macarrão espaguete	Sagu com polpa de uva | Fruta banana
Adequação Nutricional:	**Energia (kcal/kJ):** 314.79 / 1317.06	**Proteina (g):** 11.27	**Lipídeos (g):** 8.71	**Carboidratos (g):** 48.98	**Sódio (mg):** 652.88 **Fibra Alimentar (g):** 4.86

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 cozido | Carne Frango coxa e sobrecoxa refogada | Refogado Abobrinha picada simples	Canjica com coco (leite sem lactose) | Fruta mamão	Arroz cozido | 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):** 398.29 / 1666.42	**Proteina (g):** 14.16	**Lipídeos (g):** 13.90	**Carboidratos (g):** 55.07	**Sódio (mg):** 918.59 **Fibra Alimentar (g):** 7.99

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 cozido | 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):** 302.03 / 1263.67	**Proteina (g):** 9.84	**Lipídeos (g):** 9.29	**Carboidratos (g):** 46.06	**Sódio (mg):** 617.17 **Fibra Alimentar (g):** 3.30

Observações: _____