Cópia de Lanche Julho a Dezembro - Alergia a peixes e frutos do mar

REFEIÇÕES	SEGUNDA - 31/08/26	TERÇA - 01/09/26	QUARTA - 02/09/26	QUINTA - 03/09/26	SEXTA - 04/09/26
Lanche da Tarde	Canjiquinha com carne suína	Feijão preto | Arroz cozido | Carne músculo picado com extrato de tomate | Batata inglesa cozida (Purê) | Fruta Maça	Sopa de frango (coxa/sobrecoxa)batata/cenoura/repolho, caramujinho | Fruta banana	Feijão preto | Arroz cozido | Salada de tomate | Carne suína pernil refogado | Refogado Abobrinha picada simples	Farofa de repolho e cenoura | Ovo mexido | Arroz cozido
Adequação Nutricional:	**Energia (kcal/kJ):** 369.74 / 1546.96	**Proteina (g):** 13.55	**Lipídeos (g):** 13.36	**Carboidratos (g):** 50.14	**Sódio (mg):** 1231.88 **Fibra Alimentar (g):** 8.01

REFEIÇÕES	SEGUNDA - 07/09/26	TERÇA - 08/09/26	QUARTA - 09/09/26	QUINTA - 10/09/26	SEXTA - 11/09/26
Lanche da Tarde	Feriado - Feriado	Carne moída com extrato de tomate | Macarrão espaguete ao sugo	Risoto de carne (arroz, carne bovina, cheiro verde) | Salada de alface | Fruta Laranja	Feijão (virado/farinha mandioca) | Carne suína pernil refogado | Salada de Pepino | Arroz cozido	Pudim de chocolate | Fruta banana
Adequação Nutricional:	**Energia (kcal/kJ):** 332.09 / 1389.47	**Proteina (g):** 11.17	**Lipídeos (g):** 8.96	**Carboidratos (g):** 51.88	**Sódio (mg):** 731.36 **Fibra Alimentar (g):** 5.89

REFEIÇÕES	SEGUNDA - 14/09/26	TERÇA - 15/09/26	QUARTA - 16/09/26	QUINTA - 17/09/26	SEXTA - 18/09/26
Lanche da Tarde	Polenta com molho de carne moída	Feijão preto | Arroz cozido | Batata inglesa cozida | Carne Frango coxa e sobrecoxa refogada	Macarrão penne com extrato tomate | Salada de repolho roxo | Carne musculo refogado desfiado | Morango	Risoto de frango (arroz, frango, cheiro verde) | Salada de alface	Biscoito cream cracker | Leite, chocolate em pó, amido (chocolate quente) | Pera
Adequação Nutricional:	**Energia (kcal/kJ):** 304.53 / 1274.17	**Proteina (g):** 11.48	**Lipídeos (g):** 8.50	**Carboidratos (g):** 45.87	**Sódio (mg):** 577.74 **Fibra Alimentar (g):** 5.16

REFEIÇÕES	SEGUNDA - 21/09/26	TERÇA - 22/09/26	QUARTA - 23/09/26	QUINTA - 24/09/26	SEXTA - 25/09/26
Lanche da Tarde	Canjiquinha com carne suína	Farofa de repolho e cenoura | Ovo mexido | Arroz cozido	Canjica com coco | Fruta mamão	Feijão preto | Arroz cozido | Carne Frango coxa e sobrecoxa refogada | Refogado Abobrinha picada simples	Sopa musculo, batata/cenoura/repolho mac caramujinho | Fruta banana
Adequação Nutricional:	**Energia (kcal/kJ):** 327.26 / 1369.24	**Proteina (g):** 10.67	**Lipídeos (g):** 11.65	**Carboidratos (g):** 45.98	**Sódio (mg):** 869.52 **Fibra Alimentar (g):** 5.57

REFEIÇÕES	SEGUNDA - 28/09/26	TERÇA - 29/09/26	QUARTA - 30/09/26	QUINTA - 01/10/26	SEXTA - 02/10/26
Lanche da Tarde	Carne moída com extrato de tomate | Macarrão penne com extrato tomate	Feijão preto | Arroz cozido | Batata inglesa cozida | Carne Frango coxa e sobrecoxa refogada	Sagu com polpa de uva | Pera	Feijão preto | Arroz cozido | Carne músculo picado com extrato de tomate | Refogado de repolho	Carne suína pernil refogado | Salada de Pepino | Arroz cozido | Feijão (virado/farinha milho) | Fruta Laranja
Adequação Nutricional:	**Energia (kcal/kJ):** 407.28 / 1704.07	**Proteina (g):** 15.04	**Lipídeos (g):** 13.00	**Carboidratos (g):** 58.58	**Sódio (mg):** 1186.40 **Fibra Alimentar (g):** 9.39

Observações: _____