Cópia de Lanche Julho a Dezembro - Alergia a leite de vaca (APLV)

REFEIÇÕES	SEGUNDA - 05/10/26	TERÇA - 06/10/26	QUARTA - 07/10/26	QUINTA - 08/10/26	SEXTA - 09/10/26
Lanche da Tarde	Polenta com molho de carne moída	Feijão preto | Arroz cozido | Salada de tomate | Carne suína pernil refogado | Refogado Abobrinha picada simples	Fruta banana | Chá com açúcar | Biscoito cream cracker	Risoto de frango (arroz, frango, cheiro verde) | Salada de alface | Fruta Maça	Arroz cozido | Feijão preto | Carne músculo picado com extrato de tomate | Mandioca cozida
Adequação Nutricional:	**Energia (kcal/kJ):** 316.44 / 1323.99	**Proteina (g):** 12.43	**Lipídeos (g):** 9.80	**Carboidratos (g):** 46.17	**Sódio (mg):** 738.91 **Fibra Alimentar (g):** 7.33

REFEIÇÕES	SEGUNDA - 12/10/26	TERÇA - 13/10/26	QUARTA - 14/10/26	QUINTA - 15/10/26	SEXTA - 16/10/26
Lanche da Tarde	Feriado - Feriado	Feriado - Feriado	Canjiquinha com carne suína	Sopa feijão, legumes(batata/cenoura/chuchu) caramujinho | Fruta Maça	Feijão preto | Arroz cozido | Batata inglesa cozida | Carne Frango coxa e sobrecoxa refogada | Fruta Laranja
Adequação Nutricional:	**Energia (kcal/kJ):** 366.26 / 1532.42	**Proteina (g):** 13.96	**Lipídeos (g):** 10.35	**Carboidratos (g):** 55.91	**Sódio (mg):** 849.09 **Fibra Alimentar (g):** 9.24

REFEIÇÕES	SEGUNDA - 19/10/26	TERÇA - 20/10/26	QUARTA - 21/10/26	QUINTA - 22/10/26	SEXTA - 23/10/26
Lanche da Tarde	Macarrão penne com extrato tomate | Carne moída refogada	Farofa de repolho e cenoura | Ovo mexido | Arroz cozido | Fruta Laranja	Chá com açúcar | Biscoito doce sabor leite | Fruta mamão	Feijão preto | Arroz cozido | Refogado de chuchu | Salada de tomate | Carne Frango coxa e sobrecoxa refogada	Polenta com molho de carne musculo desfiado | Salada de alface
Adequação Nutricional:	**Energia (kcal/kJ):** 339.66 / 1421.14	**Proteina (g):** 11.71	**Lipídeos (g):** 10.87	**Carboidratos (g):** 49.61	**Sódio (mg):** 806.91 **Fibra Alimentar (g):** 5.51

REFEIÇÕES	SEGUNDA - 26/10/26	TERÇA - 27/10/26	QUARTA - 28/10/26	QUINTA - 29/10/26	SEXTA - 30/10/26
Lanche da Tarde	Canjiquinha com carne suína	Feijão preto | Arroz cozido | Carne músculo picado com extrato de tomate | Refogado de repolho	Feriado - Feriado	Risoto de frango (arroz, frango, cheiro verde) | salada de brócolis | Fruta Maça	Carne suína pernil refogado | Feijão (virado/farinha milho) | Arroz cozido | Salada de Pepino | Fruta Laranja
Adequação Nutricional:	**Energia (kcal/kJ):** 357.75 / 1496.79	**Proteina (g):** 14.14	**Lipídeos (g):** 12.61	**Carboidratos (g):** 48.09	**Sódio (mg):** 1292.25 **Fibra Alimentar (g):** 7.75

Observações: _____