

# Sugestão de Cardápio

Nutricionista Danielle Alves - CRN4. 04100498



Refeição	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado	Domingo
<b>Café da Manhã</b>	Café com Leite Pão Francês com Becel	Café com Leite Brioche com Requeijão	Café com Leite Pão de Forma com Becel e Queijo Minas	Café com Leite Pão de Leite com Becel	Café com Leite Pão Francês com Pasta de Queijo	Café Preto Broa de Milho Suco de Fruta	Café com Leite Brioche com Requeijão
<b>Colação</b>	Suco	Suco de Soja	Fruta	Suco	Suco	Fruta	Suco
<b>Almoço</b>	Ensopadinho de Frango com Legumes e Folhas Arroz e Feijão	Espinafre Refogado Espaguete a Bolonhesa Cenoura Sautée Caldo de Feijão	Salada de Alface com Tomate Filé de Frango Purê de Batata Arroz e Feijão	Salada de Agrião Ovos Cozidos Chuchu refogado Arroz e Feijão	Couve a Mineira Carne Moída Polenta Arroz e Feijão	Seleta de Legumes Risoto de Frango Repolho Refogado Feijão	Salada Verde Carne Moída Cenoura Sautée Arroz e Feijão
<b>Sobremesa</b>	Gelatina	Refresco	Fruta	Suco de Fruta	Fruta	Fruta	Gelatina
<b>Lanche</b>	Brioche com Becel Suco	Cream Cracker Café com Leite	Bisnaguinha com Requeijão Chá Gelado	Sanduíche de Queijo Minas Suco	Cream Cracker com Becel Chá Gelado	Bolo Simples Café com Leite	Pão de Forma Becel Suco Misto
<b>Jantar</b>	Sopa de Legumes com Feijão	Canja de Galinha	Sopa de Legumes com Macarrão	Sopa de Legumes Cremosa	"Caldo Verde" Light	Canja de Galinha	Sopa Cremosa de Abóbora
<b>Sobremesa</b>	Suco de Fruta	Suco de Fruta	Gelatina	Refresco	Fruta	Fruta	Refresco
<b>Ceia</b>	Mingau de Aveia	Chá Morno Bolacha	Chá Morno Amanteigados	Mingau de Aveia	Chá Morno Bolo Simples	Leite Quente Biscoito	Chá Morno

**Importante:** Essa sugestão é apenas para demonstrar possíveis combinações e distribuição das refeições durante um dia; As restrições alimentares devem ser acompanhadas individualmente conforme orientação de um nutricionista; É importante acompanhar a interação droga x nutriente, além de possíveis patologias associadas a alimentação.