

PI REFEIÇÕES COLETIVAS

UNIDADES DE SAÚDE DE PARNAMIRIM

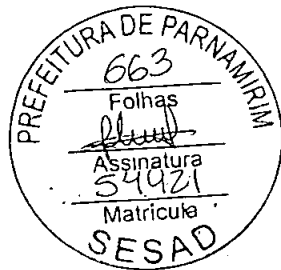
DIETA PACIENTE - DIETA LIVRE/BRANDA

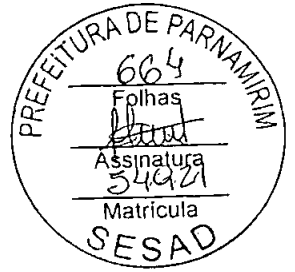
| REFEIÇÃO | SEGUNDA-FEIRA | 1800Kcal | | 2300Kcal | | 2500Kcal | | 2500Kcal | |
|----------------|----------------------------------|--------------------------|---------------|------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|----------------------------|---------------------------------|---------------------------------|
| | | PREPARAÇÃO | INGREDIENTES* | QUANTIDADE (G/ML) | MEDIDAS CASEIRAS | QUANTIDADE (G/ML) | MEDIDAS CASEIRAS | QUANTIDADE (G/ML) | MEDIDAS CASEIRAS |
| DESJEJUM | Pão francês ou integral | Pão | 50g | 100g | 2 unidades | 100g | 2 unidades | 100g | 2 unidades |
| | Ovo mexido (preparado na água) | Ovo | 46g | 46g | 1 unidade | 46g | 1 unidade | 46g | 1 unidade |
| LANCHE | Café com leite | Café com leite desnatado | 150ml/100ml | 150ml/100ml | 01 copo de 250ml | 200ml/100ml | 01 copo de 250ml | 200ml/100ml | 01 copo médio |
| | Melão | Melão | 115g | 115g | 1 porção | 130g | 1 porção | 130g | 1 porção G |
| ALMOÇO | Vitamina de frutas | Fruta | 85g | 85g | 1 porção | 85g | 1 porção | 85g | 1 porção |
| | Salada | Leite | 150ml | 200ml | 01 copo de 150ml | 01 copo de 200ml | 250ml | 01 copo de 250ml | 01 copo de 250ml |
| | | Alface (livre)*1 | 15g | 15g | 02 folhas | 02 folhas | 15g | 02 folhas | 02 folhas |
| | | Beterraba | 30g | 30g | 1 colher de sopa cheia | 1 colher de sopa cheia | 30g | 1 colher de sopa cheia | 1 colher de sopa cheia |
| | | Tomate | 12g | 18g | 02 fts | 03 fts | 18g | 03 fts | 03 fts |
| | Bife de carne acebolado grelhado | Azeite de Oliva | 10ml | 10ml | 2 colheres de sobremesa cheias | 2 colheres de sobremesa cheias | 10ml | 2 colheres de sobremesa cheias | 2 colheres de sobremesa cheias |
| | | Carne bovina | 80g | 100g | 1 pedaço pequeno | 1 pedaço médio | 120g | 1 pedaço grande | 1 pedaço grande |
| | Arroz refogado | Cebola | 10g | 20g | 02 rodelaas | 04 rodelaas | 20g | 04 rodelaas | 04 rodelaas |
| | | Arroz branco ou integral | 90g | 120g | 1 1/2 colher de servir | 2 colheres de servir cheias | 180g | 2 1/2 colheres de servir cheias | 2 1/2 colheres de servir cheias |
| | Feijão preto ou carioca | Feijão preto ou carioca | 80g | 110g | 1 concha P | 1 concha e 1/2 | 110g | 1 concha e 1/2 | 1 concha e 1/2 |
| Maçã | | 120g | 120g | 1 porção | 1 porção | 120g | 1 porção | 1 porção | |
| Mamão formosa | Mamão | 120g | 150g | 1 fatia P | 1 fatia média | 170g | 1 fatia grande | 1 fatia grande | |
| | Farinha de linhaça ou aveia | 30g | 30g | 1 colher de sopa cheia | 1 colher de sopa cheia | 30g | 1 colher de sopa cheia | 1 colher de sopa cheia | |
| Salada cozida | Geleia ou mel | 30g | 16g | 1 colher de sopa cheia | 1 colher de sobremesa | 24g | 1 1/2 colher de sobremesa | 1 1/2 colher de sobremesa | |
| | Chuchu | 30g | 45g | 1 colher de sopa cheia | 1 1/2 colher de sopa cheia | 45g | 1 1/2 colher de sopa cheia | 1 1/2 colher de sopa cheia | |
| | Beterraba | 30g | 45g | 1 colher de sopa cheia | 1 1/2 colher de sopa cheia | 45g | 1 1/2 colher de sopa cheia | 1 1/2 colher de sopa cheia | |
| | Cenoura | 30g | 45g | 1 colher de sopa cheia | 1 1/2 colher de sopa cheia | 45g | 1 1/2 colher de sopa cheia | 1 1/2 colher de sopa cheia | |
| Frango cozido | Frango (filé) | 80g | 100g | 1 pedaço pequeno | 1 pedaço médio | 120g | 1 pedaço grande | 1 pedaço grande | |
| | Arroz simples | 10g | 140g | 1 1/2 colher de servir cheia | 1 1/2 colher de servir cheia | 180g | 2 colheres de servir cheia | 2 colheres de servir cheia | |
| Suco de goiaba | Suco de goiaba | 200ml | 250ml | 1 copo pequeno | 1 copo médio | 300ml | 1 copo grande | 1 copo grande | |
| | Mingau de aveia | 100ml | 200ml | 1 copo pequeno | 1 copo médio | 250ml | 1 copo grande | 1 copo grande | |
| Chá | Farelo de aveia | 10g | 15g | 1 colher de sopa cheia | 1 colher e 1/2 de sopa cheia | 20g | 02 colheres de sopa | 02 colheres de sopa | |
| | Chá | | | | | 100ml | 1 porção | 1 porção | |
| Biscoito | Biscoito | 10g | 20g | 02 und. | 4 unidades | 30g | 6 unidades | 6 unidades | |
| | Doce ou integral | | | | | | | | |

OS ITENS E CONDIÇÕES SERÃO ALTERADOS DE ACORDO COM AS CONDIÇÕES CLÍNICAS DOS PACIENTES E SOLICITAÇÕES DA EQUIPE DE NUTRIÇÃO DA UPA.
 TODOS OS INGREDIENTES UTILIZADOS NAS PREPARAÇÕES ESTARÃO EM ACORDO COM O GRUPO ALIMENTAR PARA O CARDÁPIO DOS PACIENTES, ANEXO 8 DO TERMO DE REFERÊNCIA.
 NA DIETA BRANDA A GRAMATURA DO ALFACE SERÁ DISTRIBUÍDA NOS OUTROS VEGETAIS.
 *1 PER CAPTAS E MEDIDAS CASEIRAS BASEADOS NOS LIVROS: "Alimentos Per capita" e Tabela de composição química dos alimentos e medidas caseiras.

Thuanu Kaline Bonfim de Oliveira

THUANY KALINE BONFIM DE OLIVEIRA
 CRN N° 10554





| PI REFEIÇÕES COLETIVAS | | | | | | |
|-------------------------------------|--------------------------------|-------------------------------------|---------------------|--------------------------------|---------------------|--------------------------------|
| UNIDADES DE SAÚDE DE PARNAMIRIM | | | | | | |
| DIETA PACIENTE - DIETA LIVRE/BRANDA | | | | | | |
| REFEIÇÃO | TERÇA-FEIRA | 1800Kcal | 2300Kcal | 2300Kcal | 2500Kcal | 2500Kcal |
| | PREPARAÇÃO | INGREDIENTES* | QUANTIDADE (G/ML) | MEDIDAS CASEIRAS | QUANTIDADE (G/ML) | MEDIDAS CASEIRAS |
| DESJEJUM | Cuscuz com aveia | Farinha de milho | 60g | 1 colher de servir | 180g | 3 colheres de servir |
| | Ovos mexidos/preparado na água | Aveia | 15g | 1 colher de sopa e 1/2 | 30g | 3 colheres de sopa |
| | Maçã | Ovos | 50g | 1 unidade | 100g | 2 unidades |
| | Café com leite | Maçã | 85g | 1 und | 85g | 1 porção |
| LANCHE | Banana, abacaxi ou mamão | Café com leite desnatado | 150ml/100ml | 01 copo de 250ml | 200ml/100ml | 01 copo médio |
| | Leite natural | Fruita | 85g ou 100g ou 150g | 1 porção | 85g ou 100g ou 150g | 1 porção |
| ALMOÇO | Salada | Leite | 150ml | 01 copo de 150ml | 200ml | 01 copo de 250ml |
| | Azeite | Alface (livre)*1 | 15g | 02 folhas | 15g | 02 folhas |
| | Guisado de frango | Cenoura | 20g | 1 colher de sopa cheia | 20g | 1 colher de sopa cheia |
| | Arroz com cebolinha | Tomate | 12g | 02 fts | 18g | 03 fts |
| | Felão preto | Azeite extra virgem | 10ml | 2 colheres de sobremesa cheias | 10ml | 2 colheres de sobremesa cheias |
| | abacaxi ou mamão | Frango (filé) | 80g | 1 pedaço pequeno | 100g | 1 pedaço grande |
| | Vitamina de frutas | Cebolinha, Arroz branco ou Integral | 5g/ 90g | 1 1/2 colher de servir cheia | 7g/ 120g | 2 colheres de servir cheia |
| | Salada cozida | Felão preto | 100g | 1 concha pequena | 110g | 1 concha grande |
| | Carne assadas | abacaxi ou mamão | 100g ou 150g | 1 porção | 100g ou 150g | 1 porção |
| | Arroz de leite | Mamão com Banana | 100g g/ 85g | 1 porção | 120g | 100g cr 150g |
| JANTAR | Suco de acerola | Leite desnatado | 150ml | 01 copo P | 180ml | 2 porções |
| | Coalhada desnatada | Aveia | 10g | 1 colher de sopa | 20g | 01 copo M |
| | Biscoito | Chuchu | 30g | 1 colher de sopa picado | 30g | 2 colheres de sopa |
| | Doce | Beterraba | 30g | 1 colher de sopa picado | 45g | 1 1/2 colher de sopa picado |
| CEIA | Arroz de leite | Cenoura | 30g | 1 colher de sopa picado | 45g | 1 1/2 colher de sopa picado |
| | Suco de acerola | Carne | 80g | 1 colher de servir cheia | 120g | 1 1/2 colher de servir cheia |
| | Coalhada desnatada | Arroz branco | 100g | 1 1/2 colher de servir cheia | 100g | 2 colheres de servir cheia |
| | Biscoito | Leite desnatado | 150ml | 01 copo P | 150ml | 2 colher de servir cheia |
| OBS 1. | | Polpa de fruta + água | 50g/150ml | 1 copo 200ml | 100g/200ml | 01 copo chelo |
| | OBS 2. | Coalhada desnatada | 180g | 1 copo pequeno | 200g | 01 copo de 300ml |
| *1 | | Aveia | 10g | 1 colher de sopa cheia | 20g | 1 copo médio |
| *2 | | Doce | *2 | *2 | 30g | 6 unidades |

OS ITENS E CONSISTÊNCIAS SERÃO ALTERADOS DE ACORDO COM AS CONDIÇÕES CLÍNICAS DOS PACIENTES E SOLICITAÇÕES DA EQUIPE DE NUTRIÇÃO DA UPA.

TODOS OS INGREDIENTES UTILIZADOS NAS PREPARAÇÕES ESTARÃO EM ACORDO COM O GRUPO ALIMENTAR PARA O CARDÁPIO DOS PACIENTES. ANEXO 8 DO TERMO DE REFERÊNCIA.

NA DIETA BRANDA A GRAMATURA DO ALFACE SERÁ DISTRIBUÍDA NOS OUTROS VEGETAIS.

O BISCOITO SÓ SERÁ INCLUIDO A PARTIR DA DIETA DE 2.200KCAL.

*PER CAPTAS E MEDIDAS CASEIRAS BASEADOS NOS LIVROS : " Alimentos Per capita " e Tabela de composição química dos alimentos e medidas caseiras .

Thuanu Kaline Bonfim de Oliveira

THUANU KALINE BONFIM DE OLIVEIRA
CRN N° 10554

| PJ REFEIÇÕES COLETIVAS | | | | | | |
|-------------------------------------|--|--------------------------------|---------------------|------------------------------|------------------------------|---------------------|
| UNIDADES DE SAÚDE DE PARNAMIRIM | | | | | | |
| DIETA PACIENTE - DIETA LIVRE/BRANDA | | | | | | |
| QUARTA-FEIRA | | | | | | |
| REFEIÇÃO | PREPARAÇÃO | INGREDIENTES* | 1800Kcal | 2300Kcal | 2500Kcal | 2500Kcal |
| | | | QUANTIDADE (G/ML) | QUANTIDADE (G/MU) | QUANTIDADE (G/ML) | QUANTIDADE (G/ML) |
| DESJEIUM | Macaieira cozida | Macaieira | 120g | 02 pedaços | 02 pedaços | 180g |
| | ovos mexidos (na água) | ovo | 50g | 01 und | 01 und | 100g |
| | Café | café | 150ml | 01 copo 150ml | 01 copo 150ml | 200 ml |
| | Banana ou melancia ou mamão | Fruta | 85g ou 115g ou 120g | 1 porção | 1 porção | 85g ou 115g ou 150g |
| LANCHE | iogurte desnatado | iogurte desnatado | *1 | *1 | 01 copo de 180ml | 200ml |
| | Melão | melão | 115g | 1 porção | 1 porção | 115g |
| ALMOÇO | Salada cozida | Beterraba | 30g | 1 colher de servir cheia | 1 colher de servir cheia | 30g |
| | | Cenoura | 35g | 1 colher de sopa cheia | 1 colher de sopa cheia | 35g |
| | | Vagem | 45g | 1 colher de sopa cheia | 1 colher de sopa cheia | 45g |
| | | Azeite | 10ml | 1 colher de sopa rasa | 1 colher de sopa rasa | 10ml |
| | | Peixe cozido | 120g | 1 pedaço pequeno | 1 pedaço médio | 180g |
| | | Arroz simples | 90g | 1 1/2 colher de servir cheia | 2 colheres de sopa | 180g |
| | | Feijão carioca | 80g | 1 concha pequena | 1 concha média | 130g |
| LANCHE | Manga | Fruta in natura | 55g | 1/2 unidade | 1/2 unidade | 55g |
| | Salada de frutas | Banana, mamão, laranja e manga | 25g, 25g, 25g, 25g | 1 porção pequena | 1 porção média | 45g, 45g, 45g, 45g |
| JANTAR | Isca de carne | Granola ou aveia | 30g | 1 colher de sopa rasa | 1 colher de sopa cheia | 40g |
| | Arroz cozido | Carne | 80g | 1 colher de servir | 1 1/2 colher de servir | 160g |
| | Purê de Jerimum | Arroz branco ou Integral | 90g | 1 1/2 colher de servir cheia | 1 1/2 colher de servir cheia | 180g |
| | Suco de goiaba | Jerimum | 80g | 1 colher de servir | 1 1/2 colher de servir | 160g |
| | iogurte desnatado | Suco de fruta + água | 50g/150ml | 1 copo 200ml | 01 copo de 300ml | 100g/200ml |
| CEIA | iogurte desnatado | iogurte desnatado | 170g | 1 copo pequeno | 1 copo pequeno | 170g |
| | Aveia | Aveia | 30g | 1 colher de sopa cheia | 6 unidades (aproximadamente) | Torradinhas (30g) |
| | Suco de fruta | ** | ** | ** | ** | 180ml |
| | Torradinha | ** | ** | ** | ** | 45g |
| | Geleia/mel | ** | ** | ** | ** | 05g |
| OBS 1 | OS ITENS E CONSISTÊNCIAS SERÃO ALTERADOS DE ACORDO COM AS CONDIÇÕES CLÍNICAS DOS PACIENTES E SOLICITAÇÕES DA EQUIPE DE NUTRIÇÃO DA UPA. | | | | | |
| OBS 2 | TODOS OS INGREDIENTES UTILIZADOS NAS PREPARAÇÕES ESTARÃO EM ACORDO COM O GRUPO ALIMENTAR PARA O CARDÁPIO DOS PACIENTES - ANEXO 8 DO TERMO DE REFERÊNCIA. | | | | | |
| *1 | O IOGURTE SÓ SERÁ INCLUIDO A PARTIR DA DIETA DE 2.000KCL | | | | | |
| ** | OS ITENS SERÃO INCLUIDOS PROPORCIONALMENTE AO TIPO DE DIETA (KCAL), CONFORME TERMO DE REFERÊNCIA. | | | | | |
| | PER CAPTAS E MEDIDAS CASEIRAS BASEADOS NOS LIVROS 1.º Alimentos Per capita* e Tabela de composição química dos alimentos e medidas caseiras. | | | | | |



Thiany Kaline Bonfim de Oliveira
 THUANY KALINE BONFIM DE OLIVEIRA
 CRN N° 10554

PI REFEIÇÕES COLETIVAS
UNIDADES DE SAÚDE DE PARNAMIRIM
DIETA PACIENTE - LIVRE/BRANDA

| REFEIÇÃO | PREPARAÇÃO | INGREDIENTES | QUANTIDADE (G/ML) | 1800Kcal | 1800Kcal | 2300Kcal | 2500Kcal | 2500Kcal | 2500Kcal |
|----------|---------------------------|---------------------------|-------------------|---------------------|------------------|-------------------|-----------------------------|-------------------|-----------------------------|
| | | | | QUANTIDADE (G/ML) | MEDIDAS CASEIRAS | QUANTIDADE (G/ML) | MEDIDAS CASEIRAS | QUANTIDADE (G/ML) | MEDIDAS CASEIRAS |
| DESJEIUM | Tapaca com avela | Goma/ avela | 40g/10g | 02 C/DIC | 01 C de servir | 4C/D2C | 02 C chela/D1C chela | 85g/20g | 01 C servir |
| | Crema de queijo branco | Queijo ricota | 50g | 01 fatia | 01 pedaço médio | 01 fatia | 01 pedaço médio | 100g | 01 fatia |
| | Melancia | Melancia | 100g | 01 fatia | 01 C servir | 01 fatia | 02 C servir chelas | 100g | 01 fatia |
| | Suco de fruta | Polpa de fruta | 200ml | 01 copo 200ml | 01 concha média | 01 copo de 250ml | 01 concha grande | 300ml | 01 copo 300ml |
| LANCHE | Vitamina de fruta | fruta | 100g | 01 copo de 250ml | 01 Unidade | 01 copo de 300ml | 01 Unidade | 120g | 01 copo de 300ml |
| | Salada refogada c/ azeite | Leite desnatado | 150ml | 01 C servir | 01 C de servir | 01 C servir | 01 C de servir | 200 ml | 01 C servir |
| | Bife acebolado | couve/beringela/abobrinha | 40g/50g/50g | 01 pedaço médio | 01 pedaço médio | 01 pedaço médio | 01 pedaço médio | 40g/50g/50g | 01 pedaço médio |
| ALMOÇO | Arroz escorrido | Carne vermelha | 80g | 01 C servir | 01 C servir | 02 C servir | 02 C servir chelas | 80g | 02 C servir chelas |
| | Felão carofa c/ legumes | Arroz integral | 160g | 01 C servir | 01 concha média | 01 concha média | 01 concha grande | 240g | 01 Unidade |
| | | Felão carofa | 100g | 01 concha média | 01 Unidade | 01 Unidade | 01 Unidade | 120g | 01 Unidade |
| LANCHE | Mamão com granola | Laranja | 80g | 01 Unidade | 01 Unidade | 01 Unidade | 01 Unidade | 80g | 01 Unidade |
| | Biscoito Cream-cracker | Mamão | 150g | 01 fatia média | 01 fatia média | 01 fatia grande | 012 fatias médias | 300g | 012 fatias médias |
| | | Granola | 25g | 01 C de sopa | 01 C de sopa | 01 C de sopa | 01 C de sopa chela | 30g | 01 C de sopa chela |
| JANTAR | Chuchu refogado | Chuchu | 40g | 01 C | 02 und | 02 und | 04 und. | 20g | 04 und. |
| | Guisado de carne | Carne vermelha | 80g | 01 C de servir rasa | 01 C de servir | 01 C de servir | 01 C e 1/2 | 50g | 01 C e 1/2 |
| | Batata doce | Batata doce | 220g | 01 C de servir | 01 C de servir | 01 C de servir | 2 colheres de servir chelas | 160g | 2 colheres de servir chelas |
| | Café com leite | Café/ leite | 180ml | 01 copo | 01 copo | 01 copo | 01 copo | 230g | 02 C de servir |
| CEIA | Coalhada | Melão | 100g | 1 fatia pequena | 1 fatia média | 1 fatia média | 1 fatia grande | 130g | 1 fatia grande |
| | Biscoito cream-cracker | Coalhada desnatada | 150ml | 01 copo | 01 copo pequeno | 01 copo pequeno | 01 copo pequeno | 01 copo pequeno | 01 copo pequeno |
| OBS 1 | | | 10g | 02 unidades | 04 unidades | 04 unidades | 06 unidades | 30 gramas | 06 unidades |

OS ITENS SERÃO ALTERADOS DE ACORDO COM A CONDIÇÃO CLÍNICA DOS PACIENTES E SOLICITAÇÃO DA EQUIPE DE NUTRIÇÃO DA UPA.
TODOS OS INGREDIENTES UTILIZADOS NAS PREPARAÇÕES ESTARÃO EM ACORDO COM O GRUPO ALIMENTAR PARA O CARDÁPIO DOS PACIENTES. ANEXO B DO TERMO DE REFERÊNCIA.
OS ITENS SERÃO INCLUIDOS A PARTIR DA DIETA DE 2.200KCAL.
* PER CAPTAS E MEDIDAS CASEIRAS BASEADOS NOS LIVROS: " Alimentos Per capita" e Tabela de composição química dos alimentos e medidas caseiras.

Thuary Kaline Bonfim de Oliveira
THUARY KALINE BONFIM DE OLIVEIRA
CRN N.º 10554



PI REFEIÇÕES COLETIVAS
UNIDADES DE SAÚDE DE PARNAMIRIM
DIETA PACIENTE - LIVRE/BRANDA

| REFEIÇÃO | PREPARAÇÃO | INGREDIENTES* | 1800Kcal | 1800Kcal | 2300Kcal | 2300Kcal | 2500Kcal | 2500Kcal | MEDIDAS CASEIRAS |
|-----------|--|----------------------------|-------------|-------------|-------------|---------------------------|-------------|-------------|-----------------------------|
| DESEJEUIM | Torrada | Pão de forma integral | 50g/ | 50g/ | 50g/ | 02 fatias | 100g/ | 100g/ | 04 fatias |
| | | queijo ricota | 20g | 20g | 20g | 01 fatia pequena | 40g | 40g | 02 fatias |
| | | Melão | 100g | 100g | 120g | 01 fatia pequena | 150g | 150g | 01 fatia grande |
| | | Café com leite | 150ml | 150ml | 150ml | 01 copo 150ml | 150ml | 150ml | 01 copo 150ml |
| LANCHE | Fruita (mamão, banana ou abacaxi) | 01 porção | 100g | 100g | 130g | 01 porção P | 150g | 150g | 01 porção G |
| | Café com leite | * | * | 150ml/100ml | 150ml/100ml | 01 copo 250ml | 150ml/100ml | 150ml/100ml | 01 copo 250ml |
| ALMOÇO | Salada cozida | Chuchu/ cenoura/ berinjela | 50g/50g/40g | 50g/50g/40g | 50g/50g/40g | 01 C servir | 50g/50g/40g | 50g/50g/40g | 01 C servir |
| | Frango grelhado | Peito de frango | 80g | 100g | 100g | 01 pedaço pequeno | 120g | 120g | 01 pedaço médio |
| | Arroz refogado c/ couve | Arroz integral/branco | 90g | 120g | 120g | 1 1/2 colher servir chela | 180g | 180g | 02 C servir chelas |
| | Feijão preto c/ legumes | Feijão preto | 80g | 110g | 110g | 01 concha pequena | 130g | 130g | 01 concha grande |
| | Abacaxi | Abacaxi | 80g | 100g | 100g | 01 fatia pequena | 120g | 120g | 01 fatia média |
| | Azeite de oliva | * | * | * | * | * | 05 ml | 05 ml | 01 fio |
| LANCHE | Biscoito salgado | Biscoito água e sal | 30g | 40g | 40g | 04 unidades | 45g | 45g | 06 unidades |
| | Queijo ricota | * | * | 40g | 40g | 01 ft M | 40g | 40g | 01 fatia M |
| JANTAR | Suco de goiaba | Polpa de fruta + água | 50g/150ml | 100g/200ml | 100g/200ml | 1 copo 200ml | 100g/200ml | 100g/200ml | 01 copo de 300ml |
| | Inhamé cozido | Inhamé | 190g | 190g | 190g | 02 fatias | 280 gramas | 280 gramas | 04 fatias |
| | Arroz refogado | Arroz integral/branco | 60g | 90g | 90g | 01 C servir | 120g | 120g | 02 C de servir |
| | Carne desfiada c/ cebolas | Carne vermelha | 100g | 120g | 120g | 01 C de servir rasa | 160g | 160g | 2 colheres de servir chelas |
| | Café com leite | Café/leite | 200ml | 200ml | 200ml | 01 copo | 01 copo | 01 copo | 01 copo |
| CEIA | Vitamina de fruta c/ banana c/ aveia e granola | Melancia | 100g | 100g | 100g | 01 fatia média | 120g | 120g | 01 fatia grande |
| | | Leite desnatado/fruta | 150ml/65g | 250ml/85g | 250ml/85g | Leite desnatado/fruta | 300ml/90g | 300ml/90g | Leite desnatado/fruta M |
| OBS 1 | | aveia/granola | 10g/10g | 10g/15g | 10g/15g | 01 C sopa/01 c sopa | 10g/20g | 10g/20g | 01 C sopa/02 c sopa |

OS ITENS SERÃO ALTERADOS DE ACORDO COM A CONDIÇÃO CLÍNICA DOS PACIENTES E SOLICITAÇÃO DA EQUIPE DE NUTRIÇÃO DA UPA.
TODOS OS INGREDIENTES UTILIZADOS NAS PREPARAÇÕES ESTARÃO EM ACORDO COM O GRUPO ALIMENTAR PARA O CARIÓTIPO DOS PACIENTES, ANEXO 8 DO TERMO DE REFERÊNCIA.
OS ITENS SERÃO DISTRIBUÍDOS CONFORME O TIPO DE DIETA (KCAL)

* PER CAPTAS E MEDIDAS CASEIRAS BASEADOS NOS LIVROS: " Alimentos Per capita" e Tabela de composição química dos alimentos e medidas caseiras.

Thayne Kaline Bonfim de Oliveira
THUANY KALINE BONFIM DE OLIVEIRA
CRN N° 10554



PI REFEIÇÕES COLETIVAS

UNIDADES DE SAÚDE DE PARNAMIRIM

DIETA PACIENTE - DIETA LIVRE/BRANDA

| REFEIÇÃO | SÁBADO | | 1800Kcal | | 2300Kcal | | 2300Kcal | | 2500Kcal | | 2500Kcal | |
|----------|---|-------------------------------|-----------------------|-------------------------------|-----------------------|------------------------------|-----------------------|---------------------------|--------------------|---------------------------|-------------------|---------------------------|
| | PREPARAÇÃO | INGREDIENTES* | QUANTIDADE (G/ML) | MEDIDAS CASEIRAS | QUANTIDADE (G/ML) | MEDIDAS CASEIRAS | QUANTIDADE (G/ML) | MEDIDAS CASEIRAS | QUANTIDADE (G/ML) | MEDIDAS CASEIRAS | QUANTIDADE (G/ML) | MEDIDAS CASEIRAS |
| DESJEIUM | Cuscuz com aveia | Cuscuz | 60g | 1 colher de servir | 120g | 2 colheres de servir | 150g | 2 1/2 colheres de servir | 150g | 2 1/2 colheres de servir | 250Kcal | 2 1/2 colheres de servir |
| | Ovos mexidos | Aveia | 20g | 1 unidade | 40g | 1 unidade | 40g | 1 unidade | 40g | 1 unidade | 40g | 2 unidades |
| | Maçã ou melão ou mamão | Ovos | 50g | 1 porção | 50g | 1 porção | 60g ou 65g ou 110g | 1 porção | 60g ou 65g ou 110g | 100g | 1 porção | 1 porção |
| | Café com leite | Frutas | 60g ou 65g ou 110g | 1 copo americano | 150ml | 1 copo médio | 140g (35g cada fruta) | 1 copo americano | 150ml | 140g (35g cada fruta) | 1 copo americano | 1 copo grande |
| LANCHE | Salada de Fruta | Café com leite desnatado | 150ml | 1 copo pequeno | 120g (30g cada fruta) | 1 copo médio | 140g (35g cada fruta) | 1 copo médio | 150ml | 1 copo americano | 150ml | 1 copo grande |
| | logurte natural | Mamão, melão, abacaxi e maçã | 100g (25g cada fruta) | 1 copo pequeno | 120g (30g cada fruta) | 1 copo médio | 140g (35g cada fruta) | 1 copo médio | 150ml | 1 copo americano | 150ml | 1 copo grande |
| | Salada cozida | Chuchu | 60g | 1 colher de servir | 120ml | 1 copo pequeno | 120ml | 1 copo pequeno | 120ml | 1 copo pequeno | 120ml | 1 copo pequeno |
| | File de frango em cubos | cenoura | 35g | 1 colher de sopa | 60g | 1 colher de servir | 60g | 1 colher de servir | 60g | 1 colher de servir | 60g | 1 colher de servir |
| ALMOÇO | Arroz refogado | Beterraba | 30g | 1 colher de sopa | 35g | 1 colher de sopa | 35g | 1 colher de sopa | 35g | 1 colher de sopa | 35g | 1 colher de sopa |
| | Feijão carioca | Frango | 80g | 1 pedaço pequeno | 100g | 1 pedaço médio | 120g | 1 pedaço grande | 120g | 1 pedaço grande | 120g | 1 pedaço grande |
| | Suco de caju | Arroz branco ou integral* | 90g | 1 1/2 colher servir chela | 120g | 02 C servir cheias | 180g | 02 C servir cheias | 180g | 02 C servir cheias | 180g | 02 C servir cheias |
| | Vitamina de Maça | Feijão carioca | 80g | 1 conha pequena | 110g | 1 conha média | 130g | 1 conha grande | 130g | 1 conha grande | 130g | 1 conha grande |
| LANCHE | Farinha de linhaça | Polpa de fruta + agua | 50g/150ml | 1 copo 200ml | 100g/200ml | 1 copo de 300ml | 100g/200ml | 1 copo de 300ml | 100g/200ml | 1 copo de 300ml | 100g/200ml | 1 copo de 300ml |
| | Carne moída | Leite desnatado | 150ml | 1 copo pequeno | 250ml | 1 copo médio | 300 ml | 1 copo grande | 300 ml | 1 copo grande | 300 ml | 1 copo grande |
| | Arroz refogado | maçã | 85g | 01 und P | 85g | 01 und P | 170 g | 02 und. P | 170 g | 02 und. P | 170 g | 02 und. P |
| | Macaxeira cozida | Carne moída | 80g | 1 colher de servir rasa | 16g | 1 colher de sopa | 16g | 1 colher de sopa | 16g | 1 colher de sopa | 16g | 1 colher de sopa |
| CEIA | Suco de caju | Arroz branco ou Integral | 90g/ 8g | 1 1/2 colher de servir /01 fl | 120g/16g | 1 1/2 colher de servir/02 fl | 180g/18g | 2 colheres de servir/02fl | 180g/18g | 2 colheres de servir/02fl | 180g/18g | 2 colheres de servir/02fl |
| | logurte desnatado com biscoito integral | Macaxeira | 120g | 02 pedaços P | 190g | 03 pedaços P | 190g | 03 pedaços P | 190g | 03 pedaços P | 190g | 03 pedaços P |
| | Cream Cracker | Polpa de fruta + agua | 50g/150ml | 1 copo 200ml | 100g/200ml | 1 copo de 300ml | 100g/200ml | 1 copo de 300ml | 100g/200ml | 1 copo de 300ml | 100g/200ml | 1 copo de 300ml |
| | | logurte integral ou desnatado | 150g | 1 copo 150ml | 200ml | 01 copo de 200ml | 200ml | 01 copo de 200ml | 200ml | 01 copo de 200ml | 200ml | 01 copo de 200ml |
| OBS 1 | | | | 20g | 04 unidades | 30g | 06 unidades | 30g | 06 unidades | 30g | 06 unidades | |

OS ITENS E CONSISTÊNCIAS SERÃO ALTERADOS DE ACORDO COM AS CONDIÇÕES CLÍNICAS DOS PACIENTES E SOLICITAÇÕES DA EQUIPE DE NUTRIÇÃO DA UPA.
 TODOS OS INGREDIENTES UTILIZADOS NAS PREPARAÇÕES ESTARÃO EM ACORDO COM O GRUPO ALIMENTAR PARA O CARDÁPIO DOS PACIENTES, ANEXO 8 DO TERMO DE REFERÊNCIA.
 OS ITENS SERÃO DISTRIBUÍDOS CONFORME O TIPO DE DIETA (KCAL)
 PER CAPTA E MEDIDAS CASEIRAS BASEADOS NOS LIVROS : 1º Alimentos Per capita" e Tabela de composição química dos alimentos e medidas caseiras .

Thuanu Kaline Bonfim de Oliveira
 THUANU KALINE BONFIM DE OLIVEIRA
 CRN N° 10554



PI REFEIÇÕES COLETIVAS

UNIDADES DE SAÚDE DE PARNAMIRIM
DIETA PACIENTE - DIETA LIVRE/BRANDA

| REFEIÇÃO | DOMINGO | 1800Kcal | 2300Kcal | 2300Kcal | 2300Kcal | 2500Kcal | 2500Kcal |
|----------|---|-------------------|--|---|--|---|--|
| | PREPARAÇÃO | QUANTIDADE (G/ML) | MEDIDAS CASEIRAS | QUANTIDADE (G/ML) | MEDIDAS CASEIRAS | QUANTIDADE (G/ML) | MEDIDAS CASEIRAS |
| DESJEJUM | Tapioca com queijo | 40g / 20g | 1 unidade média | 60g / 40g | 1 unidade grande | 80g / 40g | 2 unidade médias |
| | Queijo ricota | 50g | 1 fatia grande | 50g | 1 fatia grande | 100g | 2 fatias grandes |
| | Banana | 60g | 1 unidade pequena | 80g | 1 unidade média | 120g | 2 unidades pequenas |
| | Café | 150ml | 1 copo americano | 150ml | 1 copo americano | 150ml | 1 copo americano |
| LANCHE | Banana ou melão ou mamão | 45g ou 108g ou | 1 porção | Vitamina de banana (banana 45g + leite 150ml) | 1 copo americano | Vitamina de banana (banana 45g + leite 150ml) | 1 copo americano |
| | Salada cozida | 60g 30g 30g | 1 colher de servir 3/4 de colher de servir 1 colher sopa cheia | 90g 45g 45g | 1 colher de servir cheia 4 colheres de sopa 2 colheres de sopa | 90g 45g 45g | 1 colher de servir cheia 4 colheres de sopa 2 colheres de sopa |
| ALMOÇO | File de frango cozido | 80g | 1 pedaço pequeno | 100g | 01 colher de sopa | 120g | 01 colher de sopa |
| | Arroz refogado | 90g | 1 1/2 colher de servir cheia | 120g | 1 pedaço médio | 180g | 1 pedaço grande |
| | Feijão preto | 80g | 1 1/2 colher de servir cheia | 110g | 2 colheres de servir cheia | 130g | 2 colheres de servir cheia |
| | Abacaxi | 100g | 1 fatia pequena | 150g | 1 e 1/2 fatias pequenas | 150g | 1 e 1/2 fatias pequenas |
| | Suco de acerola | 01 copo P | 250ml | 01 copo M | 250ml | 01 copo M | 01 copo M |
| | Biscoito água e sal | 02 und | 10g | 03 und | 15g | 04 und | 20g |
| LANCHE | Patê | | | | | 16g | 1 colher de sobremesa |
| | Isca de frango | 80g | 1 colher de servir rasa | 120g | 1 colher de servir cheia | 160g | 2 colher de servir cheias |
| JANTAR | Arroz refogado | 90g | 1 1/2 colher de servir cheia | 120g | 2 colheres de servir cheia | 180g | 2 colheres de servir cheia |
| | Purê de Jerimum | 80g | 1 colher de servir | 120g | 1 1/2 colher de servir | 160g | 2 colheres de servir |
| | Suco de manga | 50g/150ml | 1 copo 200ml | 100g/200ml | 01 copo de 300ml | 100g/200ml | 01 copo de 300ml |
| | Biscoito maisena | 10g | 02 und | 20 g | 4 unidades | 30g | 6 unidades |
| CEIA | Leite | 150ml | 01 copo | 150ml | 1 copo pequeno | 250ml | 1 copo médio |
| | Mamão fofosa | 120g | 01 porção | 120g | 1 porção | 150g | 1 porção |
| OBS 1 | OS ITENS E CONSISTÊNCIAS SERÃO ALTERADOS DE ACORDO COM AS CONDIÇÕES CLÍNICAS DOS PACIENTES E SOLICITAÇÕES DA EQUIPE DE NUTRIÇÃO DA UPA. | | | | | | |
| OBS 2 | TODOS OS INGREDIENTES UTILIZADOS NAS PREPARAÇÕES ESTARÃO EM ACORDO COM O GRUPO ALIMENTAR PARA O CARDÁPIO DOS PACIENTES- ANEXO 8 DO TERMO DE REFERÊNCIA. | | | | | | |

PER CAPTAS E MEDIDAS CASEIRAS BASEADOS NOS LIVROS : " Alimentos Per capita " e Tabela de composição química dos alimentos e medidas caseiras .

Thuanay Kaline Bonfim de Oliveira

THUANAY KALINE BONFIM DE OLIVEIRA
CRN N° 10554



PJ REFEIÇÕES COLETIVAS

UNIDADES DE SAÚDE DE PARNAMIRIM

DIETA PACIENTE - DIETA LÍQUIDA PASTOSA/PASTOSA

| REFEIÇÃO | SEGUNDA-FEIRA | | | | INGREDIENTES* | QUANTIDADE (G/ML) | 1500Kcal | 1500Kcal | 2300kcal | QUANTIDADE (G/ML) | 2300Kcal | 2500Kcal | 2500Kcal | MEDIDAS CASEIRAS |
|----------|---|------------------------------|-------------------|------------------------------|---------------|-------------------|----------|------------------------------|----------|----------------------------|----------|----------|-----------------------------------|-----------------------------------|
| | PREPARAÇÃO | MEDIDAS CASEIRAS | QUANTIDADE (G/ML) | MEDIDAS CASEIRAS | | | | | | | | | | |
| DESJEIUM | Papa de aveia | 1 copo pequeno | 180ml | 1 copo pequeno | 180ml | 100ml | 100ml | 1 copo pequeno | 180ml | 1 copo médio | 220ml | 220ml | 1 1/2 copo médio | 1 1/2 copo médio |
| | Café puro | 1 colher de sopa cheia | 50g | 1 colher de sopa cheia | 50g | 30g | 30g | 1 colher de sopa cheia | 50g | 2 colheres de sopa | 80g | 80g | 3 colheres de sopa | 3 colheres de sopa |
| | Banana amassada | 1 unidade pequena | 180g | 1 unidade pequena | 180g | 150ml | 150ml | 1 unidade pequena | 180g | 2 unidades pequena | 250g | 250g | 2 unidades grandes | 2 unidades grandes |
| LANCHE | Vitamina de mamão | 01 copo P | 180ml | 01 copo P | 180ml | 150ml | 150ml | 01 copo P | 180ml | 1 copo médio | 220ml | 220ml | 1 1/2 copo médio | 1 1/2 copo médio |
| | | + | | + | | | | + | | 1 colher de chá | 05g | 05g | 1 colher de chá | 1 colher de chá |
| | | 01 fatia M | 120g | 01 fatia M | 120g | 120g | 120g | 01 fatia M | 120g | 01 fatia M | 1 porção | 1 porção | 1 porção | 1 porção |
| ALMOÇO | Jerimum machucado | 1 porção pequena | 80g | 1 porção pequena | 80g | 50g | 50g | 1 porção pequena | 80g | 1 porção média | 120g | 120g | 1 porção grande | 1 porção grande |
| | Carne desfiada | 1 porção pequena | 100g | 1 porção pequena | 100g | 80g | 80g | 1 porção pequena | 100g | 1 porção média | 150g | 150g | 1 porção grande | 1 porção grande |
| | Arroz branco cozido - liquidificado | 1 1/2 colher de servir cheia | 120g | 1 1/2 colher de servir cheia | 120g | 90g | 90g | 1 1/2 colher de servir cheia | 120g | 2 colheres de servir | 180g | 180g | 2 e 1/2 colheres de servir cheias | 2 e 1/2 colheres de servir cheias |
| | Feijão carioca sem irritantes | 1 concha pequena | 130g | 1 concha pequena | 130g | 100g | 100g | 1 concha pequena | 130g | 1 e 1/2 concha pequena | 180g | 180g | 2 conchas pequena | 2 conchas pequena |
| LANCHE | Melão picado | 1 porção | 110g | 1 porção | 110g | 110g | 110g | 1 porção | 110g | 1 porção | 150g | 150g | 1 porção grande | 1 porção grande |
| | Banana amassada | 01 und | 85g | 01 und | 85g | 85g | 85g | 01 und | 85g | 01 und | 160g | 160g | 02 und | 02 und |
| | Farinha de linhaça | 1 colher de sopa cheia | 20g | 1 colher de sopa cheia | 20g | 10g | 10g | 1 colher de sopa cheia | 20g | 2 colher de sopa cheia | 16g | 16g | 1 colher de sobremesa | 1 colher de sobremesa |
| JANTAR | Salada cozida processada | 1 colher de sopa cheia | 45g | 1 colher de sopa cheia | 45g | 30g | 30g | 1 colher de sopa cheia | 45g | 1 1/2 colher de sopa cheia | 45g | 45g | 1 1/2 colher de sopa cheia | 1 1/2 colher de sopa cheia |
| | Frango cozido triturado | 1 colher de sopa cheia | 45g | 1 colher de sopa cheia | 45g | 30g | 30g | 1 colher de sopa cheia | 45g | 1 1/2 colher de sopa cheia | 45g | 45g | 1 1/2 colher de sopa cheia | 1 1/2 colher de sopa cheia |
| | Purê de Macaxeira | 1 pedaço médio | 80g | 1 pedaço médio | 80g | 80g | 80g | 1 pedaço médio | 80g | 1 pedaço médio | 80g | 80g | 1 pedaço médio | 1 pedaço médio |
| | Arroz simples liquidificado | 02 ped P | 120g | 02 ped P | 120g | 90g | 90g | 1 1/2 colher de servir cheia | 120g | 2 colheres de servir | 180g | 180g | 03 pedaços | 03 pedaços |
| | | + | | + | | | | + | | + | | | + | + |
| CEIA | Suco de goiaba | 1 copo pequeno | 300ml | 1 copo pequeno | 300ml | 200ml | 200ml | 1 copo pequeno | 300ml | 1 copo grande | 300ml | 300ml | 1 copo grande | 1 copo grande |
| OBS 1 | Biscoito doce | iogurte | 180ml | 01 porção | 180ml | 180ml | 180ml | 01 porção | 180ml | 1 colher de sopa cheia | 20g | 20g | 1 colher de sopa cheia | 1 colher de sopa cheia |
| | | Farelo de aveia | 20g | 1 colher de sopa cheia | 20g | 20g | 20g | 1 colher de sopa cheia | 20g | 1 colher de sopa cheia | 20g | 20g | 1 colher de sopa cheia | 1 colher de sopa cheia |
| | | + | | + | | | | + | | 02 und | 04 und | 04 und | 04 und | |
| OBS 2 | OS ITENS E CONSISTÊNCIAS SERÃO ALTERADOS DE ACORDO COM AS CONDIÇÕES CLÍNICAS DOS PACIENTES E SOLICITAÇÕES DA EQUIPE DE NUTRIÇÃO DA UPA. | | | | | | | | | | | | | |
| OBS 3 | TODOS OS INGREDIENTES UTILIZADOS NAS PREPARAÇÕES ESTARÃO EM ACORDO COM O GRUPO ALIMENTAR PARA O CARDÁPIO DOS PACIENTES. | | | | | | | | | | | | | |
| OBS 3 | OS ITENS SERÃO INCLUIDOS OBEDECENDO O TIPO DE DIETA (Kcal) | | | | | | | | | | | | | |


Thiany Kaline Bonfim de Oliveira
 THUANY KALINE BONFIM DE OLIVEIRA
 CRN N° 10554



PI REFEIÇÕES COLETIVAS

| UNIDADES DE SAÚDE DE PARNAMIRIM | | | | | | |
|--|---|--|-------------------|--|-------------------|--|
| DIETA PACIENTE - DIETA LÍQUIDA PASTOSA/PASTOSA | | | | | | |
| TERÇA-FEIRA | | | | | | |
| REFEIÇÃO | PREPARAÇÃO | INGREDIENTES* | 1500Kcal | 1500Kcal | 2300Kcal | 2500Kcal |
| | | | QUANTIDADE (G/ML) | MEDIDAS CASEIRAS | QUANTIDADE (G/ML) | MEDIDAS CASEIRAS |
| DESJEIUM | Purê de inhame c/ frango cozido | Inhame | 60g | 1 colher de servir | 120g | 2 colheres de servir |
| | Crema de mamão | Filé de frango Mamão | 80g 60g | 01 porção 1/2 porção média | 80g 90g | 01 porção grande 1 porção grande |
| | Café com leite | Café com leite desnatado | 150ml | 1 copo pequeno | 150ml | 1 copo pequeno |
| LANCHE | logurte batido com mamão | Mamão | 65g | 1 fatia pequena | 80g | 1 fatia média |
| | | logurte natural | 100ml | 1 copo pequeno | 120g | 1 copo médio |
| ALMOÇO | Purê de Jerimum | Jerimum | 50g | 01 colher de servir | 50g | 01 colher de servir |
| | Frango desfiado c/ cenoura - liquidificado | Filé de peito de frango Cenoura ralada | 80g 10g | 1 pedaço pequeno 1 colher de chá | 100g 15g | 1 pedaço médio 1 colher de sobremesa |
| | Arroz com cebolinha liquidificado | Arroz branco ou Integral com cebolinha | 90g | 1 1/2 colher de servir cheia | 120g | 2 colheres de servir |
| | Feijão preto - liquidificado | Feijão preto | 100g | 1 concha pequena | 130g | 1 e 1/2 concha pequena |
| LANCHE | Melancia | Melancia | 80g | 1 porção pequena | 120g | 1 porção média |
| | Vitamina de frutas | abacate | 60g | 1/2 porção média | 90g | 1 porção |
| | | Leite desnatado | 150ml | 01 copo de 150ml | 200ml | 01 copo de 200ml |
| | | Aveia | 30g | 1 colher de sopa | 30g | 1 colher de sopa |
| JANTAR | Purê de batata doce | Batata doce Leite desnatado ou Integral | 60g 30g | 2 colheres de sopa cozida 1 colher de sopa picado | 80g 45g | 1 1/2 colher de sopa cozida 1 1/2 colher de sopa picado |
| | Picadinho de carne moída - triturado | Carne moída de 1 (musculo) | 80g | 1 colher de servir | 100g | 1 colher de servir |
| CEIJA | Arroz simples liquidificado | Arroz Integ./parboli Cebola/alho | 80g 2g | 1 colher de servir 01 colher | 100g 3g | 2 colheres de servir 01 e 1/2 colher de servir cheia |
| | Suco de fruta | Polpa de fruta+ agua | 100g+150ml | 01 copo 250ml | 100g+150ml | 01 copo 250ml |
| | Coalhada desnatada | Coalhada | 150g | 1 unidade | 150g | 1 unidade |
| OBS 1 | Linhaça (farinha) | Linhaça | 10g | 1 colher de sopa cheia | 20g | 2 colheres de sopa cheia |
| | Chá | * | * | * | * | 01 xícara |
| OBS 2 | OS ITENS E CONSISTÊNCIAS SERÃO ALTERADOS DE ACORDO COM AS CONDIÇÕES CLÍNICAS DOS PACIENTES E SOLICITAÇÕES DA EQUIPE DE NUTRIÇÃO DA UPA. | | | | | |
| OBS 3 | TODOS OS INGREDIENTES UTILIZADOS NAS PREPARAÇÕES ESTARÃO EM ACORDO COM O GRUPO ALIMENTAR PARA O CARDÁPIO DOS PACIENTES. | | | | | |
| | OS ITENS SERÃO INCLUIDOS OBEDECENDO O TIPO DE DIETA (kcal) | | | | | |




 THUANAY KALINE BONFIM DE OLIVEIRA
 CRN Nº 10554

PI REFEIÇÕES COLETIVAS

UNIDADES DE SAÚDE DE PARNAMIRIM

DIETA PACIENTE - DIETA LÍQUIDA PASTOSA/PASTOSA

| REFEIÇÃO | QUARTA-FEIRA | | 1500Kcal | | 1500Kcal | | 2300Kcal | | 2300Kcal | | 2500Kcal | | 2500Kcal | |
|----------|---------------------------------|-----------------------------------|--------------------|------------------------------|--------------------|------------------------------|--------------------|------------------------------|--------------------|------------------------------|--------------------|-----------------------------------|--------------------|-----------------------------------|
| | PREPARAÇÃO | INGREDIENTES* | QUANTIDADE (G/ML) | MEDIDAS CASERAS | QUANTIDADE (G/ML) | MEDIDAS CASERAS | QUANTIDADE (G/ML) | MEDIDAS CASERAS | QUANTIDADE (G/ML) | MEDIDAS CASERAS | QUANTIDADE (G/ML) | MEDIDAS CASERAS | QUANTIDADE (G/ML) | MEDIDAS CASERAS |
| DESJEIUM | Mingau de aveia | Leite | 100ml | 1 copo pequeno | 180ml | 1 copo médio | 220ml | 1 1/2 copo médio | 220ml | 1 1/2 copo médio | 220ml | 1 1/2 copo médio | 220ml | 1 1/2 copo médio |
| | Aveia | Aveia | 30g | 1 colher de sopa cheia | 50g | 2 colheres de sopa | 80g | 2 colheres de sopa | 80g | 2 colheres de sopa | 80g | 3 colheres de sopa | 80g | 3 colheres de sopa |
| | Café puro | Café | 150ml | 1 copo pequeno | 150ml | 1 copo pequeno | 150ml | 1 copo pequeno | 150ml | 1 copo pequeno | 150ml | 1 copo pequeno | 150ml | 1 copo pequeno |
| LANCHE | Suco de melancia | Melancia | 120g | 1 porção média | 120g | 1 porção média | 200g | 1 porção média | 200g | 1 porção média | 200g | 1 porção grande | 200g | 1 porção grande |
| | Melão | Fruita in natura | 100g | 1 porção | | | | | | | | | | |
| | Salada cozida | Beterraba | 30g | 1 colher de servir cheia | 30g | 1 colher de servir cheia | 30g | 1 colher de servir cheia | 30g | 1 colher de servir cheia | 30g | 1 colher de servir cheia | 30g | 1 colher de servir cheia |
| | | Cenoura | 35g | 1 colher de sopa cheia | 35g | 1 colher de sopa cheia | 35g | 1 colher de sopa cheia | 35g | 1 colher de sopa cheia | 35g | 1 colher de sopa cheia | 35g | 1 colher de sopa cheia |
| ALMOÇO | | Vagem | 45g | 1 colher de sopa cheia | 45g | 1 colher de sopa cheia | 45g | 1 colher de sopa cheia | 45g | 1 colher de sopa cheia | 45g | 1 colher de sopa cheia | 45g | 1 colher de sopa cheia |
| | | Azeite | 10ml | 1 colher de sopa rasa | 10ml | 1 colher de sopa rasa | 10ml | 1 colher de sopa rasa | 10ml | 1 colher de sopa rasa | 10ml | 1 colher de sopa rasa | 10ml | 1 colher de sopa rasa |
| | Peixe cozido - liquidificado | Peixe | 120g | 1 pedaço médio | 120g | 1 pedaço médio | 150g | 1 pedaço médio | 150g | 1 pedaço médio | 150g | 1 pedaço grande | 150g | 1 pedaço grande |
| | Arroz simples- liquidificado | Arroz branco ou Integral* | 90g | 1 1/2 colher de servir cheia | 120g | 2 colheres de servir | 180g | 2 colheres de servir | 180g | 2 colheres de servir | 180g | 2 e 1/2 colheres de servir cheias | 180g | 2 e 1/2 colheres de servir cheias |
| | Feijão carioca liquidificado | Feijão carioca | 100g | 1 concha pequena | 130g | 1 e 1/2 concha pequena | 180g | 1 e 1/2 concha pequena | 180g | 1 e 1/2 concha pequena | 180g | 2 conchas pequena | 180g | 2 conchas pequena |
| LANCHE | Suco de manga | Fruita in natura | 55g | 1/2 unidade | 55g | 1/2 unidade | 100g | 1/2 unidade | 100g | 1/2 unidade | 100g | 1 unidade | 100g | 1 unidade |
| | Salada de frutas | Banana, mamão, laranja e manga | 25g, 25g, 25g, 25g | 1 porção | 25g, 25g, 25g, 25g | 1 porção | 25g, 25g, 25g, 25g | 1 porção | 25g, 25g, 25g, 25g | 1 porção | 25g, 25g, 25g, 25g | 1 porção | 25g, 25g, 25g, 25g | 1 porção |
| | Isca de carne - triturado | Granola ou aveia | 30g | 1 colher de sopa | 30g | 1 colher de sopa | 30g | 1 colher de sopa | 30g | 1 colher de sopa | 30g | 1 colher de sopa | 30g | 1 colher de sopa |
| JANTAR | | Carne | 80g | 1 colher de servir | 80g | 1 colher de servir | 80g | 1 colher de servir | 80g | 1 colher de servir | 80g | 1 colher de servir | 80g | 1 colher de servir |
| | Arroz cozido- liquidificado | Arroz branco ou Integral* | 180g | 1 1/2 colher de servir cheia | 180g | 1 1/2 colher de servir cheia | 180g | 1 1/2 colher de servir cheia | 180g | 1 1/2 colher de servir cheia | 180g | 1 1/2 colher de servir cheia | 180g | 1 1/2 colher de servir cheia |
| | Purê de feijum | Jerimum | 80g | 1 colher de servir | 120g | 1 1/2 colher de servir | 120g | 1 1/2 colher de servir | 120g | 1 1/2 colher de servir | 120g | 1 1/2 colher de servir | 120g | 1 1/2 colher de servir |
| | Suco de fruta | Polpa de fruta | 150ml | 1 copo pequeno | 300ml | 1 copo grande | 300ml | 1 copo grande | 300ml | 1 copo grande | 300ml | 1 copo grande | 300ml | 1 copo grande |
| CEIA | logurte desnatado | logurte desnatado | 180ml | 01 porção | 180 ml | 01 porção | 180ml | 01 porção | 180ml | 01 porção | 180ml | 01 porção | 180ml | 01 porção |
| | Aveia (farelo) | Aveia | 20g | 1 colher de sopa | 20g | 1 colher de sopa | 25g | 1 colher de sopa | 25g | 1 colher de sopa | 25g | 1 colher de sopa cheia | 25g | 1 colher de sopa cheia |
| | Suco de fruta | * | * | * | 100g+150ml | 01 copo de 250ml | 100g+150ml | 01 copo de 250ml | 100g+150ml | 01 copo de 250ml | 100g+150ml | 01 copo de 250ml | 100g+150ml | 01 copo de 250ml |

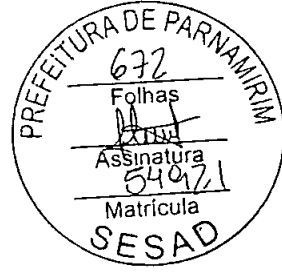
OS ITENS E CONSISTÊNCIAS SERÃO ALTERADOS DE ACORDO COM AS CONDIÇÕES CLÍNICAS DOS PACIENTES E SOLICITAÇÕES DA EQUIPE DE NUTRIÇÃO DA UPA.

TODOS OS INGREDIENTES UTILIZADOS NAS PREPARAÇÕES ESTARÃO EM ACORDO COM O GRUPO ALIMENTAR PARA O CARDÁPIO DOS PACIENTES.

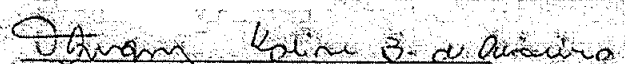
OS ITENS SERÃO INCLUIDOS OBEDECENDO O TIPO DE DIETA (Kcal)

Thuanay Kaline Bonfim de Oliveira

THUANAY KALINE BONFIM DE OLIVEIRA
CRN Nº 10554



| PJ REFEIÇÕES COLETIVAS | | | | | | | | |
|--|---|-----------------------------|-------------------|------------------------------|-------------------|-------------------------|-------------------|-----------------------------------|
| UNIDADES DE SAÚDE DE PARNAMIRIM | | | | | | | | |
| DIETA PACIENTE - LIQUIDA PASTOSA/PASTOSA | | | | | | | | |
| QUINTA-FEIRA | | | 1500Kcal | 1500Kcal | 2300Kcal | 2300Kcal | 2500Kcal | 2500Kcal |
| REFEIÇÃO | PREPARAÇÃO | INGREDIENTES* | QUANTIDADE (G/ML) | MEDIDAS CASEIRAS | QUANTIDADE (G/ML) | MEDIDAS CASEIRAS | QUANTIDADE (G/ML) | MEDIDAS CASEIRAS |
| DESJEJUM | Purê de batata doce | Batata doce - liquidificada | 80g | 02 colher de servir | 80g | 02 colher de servir | 90g | 02 colher de servir cheia |
| | Frango triturado | Frango - liquidificado | 50g | 01 pedaço médio | 50g | 01 pedaço médio | 50g | 01 pedaço médio |
| | café | café | 150ml | 01 copo 150ml | 150ml | 01 copo 150ml | 150ml | 01 copo 150ml |
| LANCHE | Vitamina de fruta | Fruta | 100g | 01 copo 200ml | 100g | 01 copo de 250ml | 100g | 01 copo de 250ml |
| | | Leite desnatado ou Integral | 100ml | | 150ml | | 150ml | |
| ALMOÇO | Purê misto | Cenoura/batata | 50g/50g | 01 C servir | 50g/50g/50g | 01 C servir | 50g/50g/50g | 01 C servir |
| | Carne desfiada- liquidificada | Patinho | 80g | 01 pedaço médio | 80g | 01 pedaço médio | 80g | 01 pedaço médio |
| | Arroz refogado simples liquidificado | Arroz Integral | 90g | 1 1/2 colher de servir cheia | 120g | 2 colheres de servir | 180g | 2 e 1/2 colheres de servir cheias |
| | Macarrão no alho e cebola - liquidificado | Macarrão parafuso | * | * | 60g | 1 pegada média | 100g | 1 1/2 pegada média |
| | Feijão carioca c/ legumes processado | Feijão carioca | 100g | 1 concha pequena | 130g | 1 e 1/2 concha pequena | 180g | 2 conchas pequena |
| LANCHE | Suco de acerola | Polpa de acerola + agua | 100g/150ml | 01 copo | 100g/150ml | 01 copo | 100g/150ml | 01 copo |
| LANCHE | Vitamina de mamão com linhaça | Mamão | 120g | 01 fatia média | 150g | 1 fatia grande | 150g | 1 fatia grande |
| | | Linhaça | 10g | 1 colher de chá | 10g | 1 colher de chá | 10g | 1 colher de chá |
| JANTAR | Chuchu refogado - LIQUIDIFICADO | Chuchu | 40g | 01 C | 60g | 01 C cheia | 80g | 01 C e 1/2 |
| | Guisado de carne -liquidificado | Patinho | 80g | 01 C de servir | 100g | 01 C de servir | 85g | 01 C e 1/2 de servir |
| | Purê de batata | Batata Inglesa | 150g | 1 colher de servir | 220g | 1/ 1/2 colher de servir | 300g | 2 colheres de servir |
| | Café com leite | Café | 150ml | 01 copo 250ml | 150ml | 01 copo 250ml | 150ml | 01 copo 250ml |
| | | Leite desnatado ou integral | 100ml | | 100ml | | 100ml | |
| LANCHE | Suco de Melão | Melão | 85g | 1 Fatia | 85g | 1 Fatia | 90g | 1 Fatia grande |
| CEIA | Coalhada | Coalhada desnatada | 150g | 01 und | 150g | 01 unidade | 300g | 02 unidades |
| | Farelo de aveia | * | * | * | 10g | 01 C de sopa | 20g | 02 colheres de sopa |
| OBS 1 | OS ITENS E CONSISTÊNCIAS SERÃO ALTERADOS DE ACORDO COM AS CONDIÇÕES CLÍNICAS DOS PACIENTES E SOLICITAÇÕES DA EQUIPE DE NUTRIÇÃO DA UPA. | | | | | | | |
| OBS 2 | TODOS OS INGREDIENTES UTILIZADOS NAS PREPARAÇÕES ESTARÃO EM ACORDO COM O GRUPO ALIMENTAR PARA O CARDÁPIO DOS PACIENTES. | | | | | | | |
| OBS 3 | OS ITENS SERÃO INCLUIDOS OBEDECENDO O TIPO DE DIETA (Kcal) | | | | | | | |

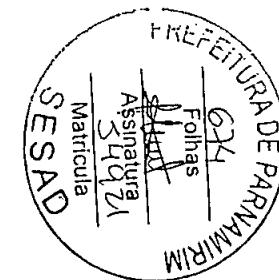

 THUANU KALINE BONFIM DE OLIVEIRA
 CRN N° 10554



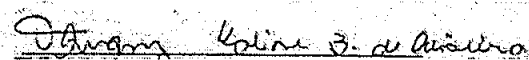
| PJ REFEIÇÕES COLETIVAS | | | | | | | | |
|--|---|-----------------------------|-------------------|------------------------------|-------------------|------------------------|--------------------|-----------------------------------|
| UNIDADES DE SAÚDE DE PARNAMIRIM | | | | | | | | |
| DIETA PACIENTE - LIQUIDA PASTOSA/PASTOSA | | | | | | | | |
| SEXTA-FEIRA | | | 1500Kcal | 1500Kcal | 2300Kcal | 2300Kcal | 2500Kcal | 2500Kcal |
| REFEIÇÃO | PREPARAÇÃO | INGREDIENTES* | QUANTIDADE (G/ML) | MEDIDAS CASEIRAS | QUANTIDADE (G/ML) | MEDIDAS CASEIRAS | QUANTIDADE (G/ML) | MEDIDAS CASEIRAS |
| DESJEJUM | Papa de aveia | Leite | 100ml | 1 copo pequeno | 180ml | 1 copo médio | 220ml | 1 1/2 copo médio |
| | | Aveia | 30g | 1 colher de sopa chela | 50g | 2 colheres de sopa | 80g | 3 colheres de sopa |
| | Suco de cajú | Polpa+agua | 50g+100ml | 01 copo 150ml | 100g+150ml | 01 copo 250ml | 100g+150ml | 01 copo 250ml |
| | Café c/ leite | Café | 100ml | 01 copo 150ml | 100ml | 01 copo | 100ml | 01 copo |
| Leite desnatado ou integral | | 50ml | 50ml | | - | 50ml | - | |
| LANCHE | Banana com farelo de aveia | Banana amassada | 100g | 01 porção | 100g | 01 unidade | 100g | 01 porção |
| | | Farelo de aveia | | | | | | |
| ALMOÇO | Misto de legumes-liquidificado | Chuchu/ cenoura/ berinjela | 20g/40g/20g | 1 colher se servir | 30g/50g/20g | 1 1/2 colher servir | 30g/60g/30g | 2 colheres de servir |
| | Frango grelhado processado refogado c/ verduras | Peito de frango grelhado | 80g | 01 pedaço pequeno | 100g | 01 pedaço médio | 140g | 01 pedaço grande |
| | | Azeite extra virgem | 5ml | 1 colher de sobremesa | 5ml | 1 colher de sobremesa | 8 ml | 1 colher de sopa |
| | | Tomate/ cebola | 10g/10g | 1 colher de sopa | 15g/15g | 1 1/2 colher de sopa | 20g/20g | 2 colheres de sopa |
| | Arroz refogado c/ couve | Arroz integral ou branco | 90g | 1 1/2 colher de servir chela | 120g | 2 colheres de servir | 180g | 2 e 1/2 colheres de servir cheias |
| | | Couve-folha | 10g | | 15g | | 20g | |
| | Feijão branco c/ cheiro verde - liquidificado | Feijão branco | 100g | 1 concha pequena | 130g | 1 e 1/2 concha pequena | 180g | 2 conchas pequena |
| Suco de abacaxi | Abacaxi + água | 80g+150ml | 1 rodela média | 80g | 1 rodela média | 120g | 2 rodelas pequenas | |
| LANCHE | Mingau de multicereais | MultiCereais | 60g | 3 colheres de sopa | 80g | 4 colheres de sopa | 100g | 5 colheres de sopa |
| | | Leite desnatado ou Integral | 150ml | 1 copo pequeno | 200ml | 1 copo médio | 250ml | 1 1/2 copo pequeno |
| JANTAR | Inhame cozido amassado c/ azeite | Inhame | 190g | 02 fatias | 240g | 3 fatias | 360g | 04 fatias |
| | | Azeite extra virgem | 3ml | 01 colher de sob | 3ml | 01 colher de sob | 10ml | 01 colher de sopa |
| | Carne desfiada - liquidificada | Carne vermelha | 60g | 1 colher de servir | 120g | 2 colheres de servir | 150g | 2 1/2 colher de servir |
| | | Café com leite | Café | 100ml | 01 copo 150ml | 150ml | 01 copo 250ml | 150ml |
| Leite | 50ml | | 100ml | | | | | |
| CEIA | Vitamina de fruta com farinha de linhaça | Leite desnatado ou Integral | 150ml | 1 copo pequeno | 200ml | 1 copo médio | 200ml | 1 copo médio |
| | | Polpa de uva | 100g | 01 porção | 100g | 01 porção | 100g | 01 porção |
| | | Farinha de linhaça | 10g | 01 colher de sopa | 10g | 01 colher de sopa | 20g | 02 colheres de sopa |
| OBS 1 | OS ITENS E CONSISTÊNCIAS SERÃO ALTERADOS DE ACORDO COM AS CONDIÇÕES CLÍNICAS DOS PACIENTES E SOLICITAÇÕES DA EQUIPE DE NUTRIÇÃO DA UPA. | | | | | | | |
| OBS 2 | TODOS OS INGREDIENTES UTILIZADOS NAS PREPARAÇÕES ESTARÃO EM ACORDO COM O GRUPO ALIMENTAR PARA O CARDÁPIO DOS PACIENTES. | | | | | | | |
| OBS 3 | OS ITENS SERÃO INCLUIDOS OBEDECENDO O TIPO DE DIETA (Kcal) | | | | | | | |

Thuanu Kaline B. de Oliveira

THUANU KALINE BONFIM DE OLIVEIRA
CRN N° 10554

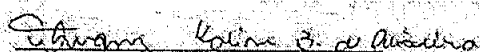


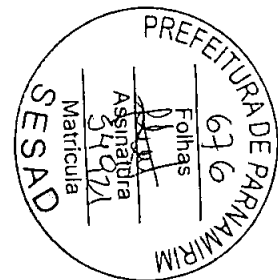
| PJ REFEIÇÕES COLETIVAS | | | | | | | | |
|--|---|------------------------------|-----------------------|------------------------------|-----------------------|------------------------------|-----------------------|-----------------------------------|
| UNIDADES DE SAÚDE DE PARNAMIRIM | | | | | | | | |
| DIETA PACIENTE - DIETA LIQUIDA PASTOSA/PASTOSA | | | | | | | | |
| SÁBADO | | | 1500Kcal | 1500Kcal | 2300Kcal | 2300Kcal | 2500Kcal | 2500Kcal |
| REFEIÇÃO | PREPARAÇÃO | INGREDIENTES* | QUANTIDADE (G/ML) | MEDIDAS CASEIRAS | QUANTIDADE (G/ML) | MEDIDAS CASEIRAS | QUANTIDADE (G/ML) | MEDIDAS CASEIRAS |
| DESJEJUM | Mingau de milho | farinha de milho | 30g | 01 colher de sopa | 50g | 01 colher sopa chela | 100g | 02 colheres chelas |
| | | Leite desnatado | 100ml | 01 copo 150ml | 180ml | 01 copo 250ml | 20ml | 01 copo 300ml |
| | Suco de melão | Melão | 50g | 1 fatia | 50g | 1 fatia | 50g | 1 fatia |
| | Café com leite | Café com leite desnatado | 150ml | 01 copo 200ml | 200ml | 01 copo de 250ml | 150ml | 01 copo de 250ml |
| LANCHE | Salada de fruta | Mamão, melão, banana e manga | 100g (25g cada fruta) | 1/ copo médio | 150g (35g cada fruta) | 1 copo pequeno | 200g (50g cada fruta) | 1 copo médio |
| | Mel | . | . | . | . | . | 10g | 1 colher de sobremesa |
| ALMOÇO | Creme misto de legumes | Jerimum | 60g | 1 colher de servir | 60g | 1 colher de servir | 60g | 1 colher de servir |
| | | Cenoura | 35g | 1 colher de sopa | 35g | 1 colher de sopa | 35g | 1 colher de sopa |
| | | Batata Inglesa | 30g | 1 colher de sopa | 30g | 1 colher de sopa | 30g | 1 colher de sopa |
| | Frango em Iscas cozido-liquidificado | Coxa/sob | 80g | 1 pedaço pequeno | 80g | 1 pedaço pequeno | 100g | 1 pedaço médio |
| | Arroz refogado-liquidificado | Arroz branco ou Integral* | 90g | 1 1/2 colher de servir chela | 120g | 2 colheres de servir | 180g | 2 e 1/2 colheres de servir chelas |
| | Feljão preto temperado - liquidificado | Feljão preto | 100g | 1 concha pequena | 130g | 1 e 1/2 concha pequena | 180g | 2 conchas pequena |
| | Suco de goiaba | Polpa de fruta | 100g+150ml | 01 copo de 250ml | 100g+150ml | 01 copo de 250ml | 100g+150ml | 01 copo de 250ml |
| LANCHE | Vitamina de goiaba | Açúcar | 10g | 1 colher de cha | 15g | 1 colher de sobremesa | 20g | 1 colher de sopa |
| | | Leite desnatado | 150ml | 1 copo pequeno | 150ml | 1 copo pequeno | 150ml | 1 copo pequeno |
| | Polpa de fruta | 30g | 1 colher de sopa rasa | 30g | 1 colher de sopa rasa | 30g | 1 colher de sopa rasa | |
| Granola | . | . | . | . | . | 16g | 1 colher de sobremesa | |
| JANTAR | Beterraba cozida(amassada) | Beterraba | 30g | 1/2 colher | 30g | 1/2 colher | 45g | 1 colher |
| | Carne moída | Carne moída | 80g | 1 colher de servir cheia | 80g | 1 colher de servir cheia | 80g | 1 colher de servir cheia |
| | | Leite desnatado | 150ml | 01 copo pequeno | 150ml | 01 copo pequeno | 200ml | 01 copo médio |
| | Arroz de leite da terra | Arroz integral | 120g | 1 colher de servir chela | 180g | 1 1/2 colher de servir chela | 220g | 2 colheres de servir |
| | | Suco de acerola | Polpa de fruta | 150ml | 1 copo pequeno | 250ml | 1 copo médio | 300ml |
| CEIA | Iogurte desnatado | Iogurte desnatado | 180ml | 01 porção | 180ml | 01 porção | 180ml | 01 porção |
| | | Aveia | * | * | 10g | 01 colher de sopa | 15g | 01 colher e 1/2 de sopa |
| OBS 1 | OS ITENS E CONSISTÊNCIAS SERÃO ALTERADOS DE ACORDO COM AS CONDIÇÕES CLÍNICAS DOS PACIENTES E SOLICITAÇÕES DA EQUIPE DE NUTRIÇÃO DA UPA. | | | | | | | |
| OBS 2 | TODOS OS INGREDIENTES UTILIZADOS NAS PREPARAÇÕES ESTARÃO EM ACORDO COM O GRUPO ALIMENTAR PARA O CARDÁPIO DOS PACIENTES. | | | | | | | |
| OBS 3 | OS ITENS SERÃO INCLUIDOS OBEDECENDO O TIPO DE DIETA (Kcal) | | | | | | | |


 THUANAY KALINE BONFIM DE OLIVEIRA
 CRN N° 10554



| PJ REFEIÇÕES COLETIVAS | | | | | | | | |
|--|---|-----------------------------|---------------------|------------------------------|---|------------------------------|---|-----------------------------------|
| UNIDADES DE SAÚDE DE PARNAMIRIM | | | | | | | | |
| DIETA PACIENTE - DIETA LIQUIDA PASTOSA/PASTOSA | | | | | | | | |
| DOMINGO | | 1500Kcal | 1500Kcal | 2300Kcal | 2300Kcal | 2500Kcal | 2500Kcal | |
| REFEIÇÃO | PREPARAÇÃO | INGREDIENTES* | QUANTIDADE (G/ML) | MEDIDAS CASEIRAS | QUANTIDADE (G/ML) | MEDIDAS CASEIRAS | QUANTIDADE (G/ML) | MEDIDAS CASEIRAS |
| DESJEJUM | Purê batata com carne moída | Batata inglesa | 80g | 01 colher de servir | 100g | 01 colher de servir chela | 120g | 02 colheres de servir rasa |
| | | Carne moída | 50g | 01 colher rasa | 50g | 01 colher rasa | 50g | 01 colher rasa |
| | Suco de melão | Melão | 60g | 1 unidade pequena | 60g | 1 unidade pequena | 60g | 1 unidade pequena |
| | Café | Café | 150ml | 1 copo americano | 150ml | 1 copo americano | 150ml | 1 copo americano |
| LANCHE | Mamão amassado | Mamão | 80g | 1 fatia pequena | Vitamina de banana (banana 45g + leite 100ml) | 1 copo americano | Vitamina de banana (banana 60g + leite 150ml) | 1 copo médio |
| ALMOÇO | Salada cozida (liquidificada) | Cenoura | 60g | 1 colher de servir | 90g | 1 colher de servir chela | 90g | 1 colher de servir chela |
| | | Abobrinha | 30g | 1 colher de sopa chela | 45g | 4 colheres de sopa | 45g | 4 colheres de sopa |
| | | Beterraba | 30g | 1 colher de sopa chela | 45g | 2 colheres de sopa | 45g | 2 colheres de sopa |
| | | Gordura | Azeite extra virgem | * | * | 5ml | 1 colher de sopa | 5ml |
| | Escondidinho de frango c/ batatas | Filé de frango triturado | 60g | 1 pedaço pequeno | 80g | 1 pedaço médio | 120g | 1 pedaço grande |
| | | Batata inglesa | 60g | 2 colheres de sopa | 100g | 3 colheres de sopa | 150g | 2 colheres de servir |
| | | Leite desnatado ou Integral | 20mL | 1 1/2 colher de sopa | 40mL | 3 colheres de sopa | 60mL | 1/2 copo pequeno |
| | Arroz refogado- liquidificado | Arroz branco ou Integral | 90g | 1 1/2 colher de servir chela | 120g | 2 colheres de servir | 180g | 2 e 1/2 colheres de servir chelas |
| | Feijão carioca- liquidificado | Feijão carioca | 100g | 1 concha pequena | 130g | 1 e 1/2 concha pequena | 180g | 2 conchas pequena |
| | Suco de acerola | Polpa de acerola | - | 01 copo | - | 01 copo | - | 01 copo |
| LANCHE | Banana com aveia | Banana | 110g/43g | 1 fatia média/1/2 unidade | 110g/43g | 1 fatia média/1/2 unidade | 110g/43g | 1 fatia média/1/2 unidade |
| | | Aveia | 30g | 1 colher de sopa chela | 30g | 1 colher de sopa chela | 30g | 1 colher de sopa chela |
| JANTAR | Isca de frango- liquidificado | Filé de peito de frango | 50g | 1/2 colher servir | 100g | 1 colher de servir | 150g | 1 1/2 colher de servir |
| | Arroz refogado- liquidificado | Arroz branco ou Integral | 180g | 1 1/2 colher de servir chela | 180g | 1 1/2 colher de servir chela | 220g | 2 colheres de servir |
| | Purê de Jerimum | Jerimum | 80g | 1 colher de servir | 100g | 1 1/2 colher de servir | 150g | 2 colheres de servir |
| | Suco de fruta | Polpa de fruta | 150ml | 1 copo pequeno | 150ml | 1 copo pequeno | 150ml | 1 copo pequeno |
| CEIA | Iogurte com linhaça | Iogurte desnatado | 180ml | 01 porção | * | * | * | * |
| | | Linhaça | 25g | 1 colher de sopa chela | * | * | * | * |
| | Biscoito | Doce ou Integral | * | * | 30g | 6 unidades | 6 unidades | 6 unidades |
| | | Leite | * | * | 150mL | 1 copo pequeno | 200mL | 1 copo médio |
| | Vitamina de fruta | Maçã | * | * | 80g | 01 unid pequena | 120g | 01 unidade grande |
| | | | | | | | | |
| OBS 1 | OS ITENS E CONSISTÊNCIAS SERÃO ALTERADOS DE ACORDO COM AS CONDIÇÕES CLÍNICAS DOS PACIENTES E SOLICITAÇÕES DA EQUIPE DE NUTRIÇÃO DA UPA. | | | | | | | |
| OBS 2 | TODOS OS INGREDIENTES UTILIZADOS NAS PREPARAÇÕES ESTARÃO EM ACORDO COM O GRUPO ALIMENTAR PARA O CARDÁPIO DOS PACIENTES. | | | | | | | |
| OBS 3 | OS ITENS SERÃO INCLUIDOS OBEDECENDO O TIPO DE DIETA (Kcal) | | | | | | | |


 THUANY KALINE BONFIM DE OLIVEIRA
 CRN N° 10554



PJ REFEIÇÕES COLETIVAS

UNIDADES DE SAÚDE DE PARNAMIRIM

CARDÁPIO SERVIDOR OPÇÃO 1

VALOR CALORICO TOTAL - 2500Kcal

| HORÁRIO | REFEIÇÃO | Segunda-feira | Terça-feira | Quarta-feira | Quinta-feira | Sexta-feira | Sabado | Domingo |
|------------------------------------|---|---|---|---|---|---|--|---|
| 11h30min | ALMOÇO (900kcal) | Salada crua: Rúcula, tomate, beterraba temperados-10g,30g,50g (3folhas, 1 colher sopa chela, 2 colher sopa chela | Salada crua: Alface, tomate, cebola temperados-12g (02 fl), 20g (02 ft g), 20g, 1 pegador chelo. | Salada crua: Beterraba / cenoura raladas - 45g, 45g (1 colher servir) | Salada crua: Espinafre (01 c sopa), tomate(30g -03 fts) e manga - 30g (01 ft-P) -1 pegador chelo | Salada fria: Repolho (30g -01 fl md, cenoura (24g -02 colheres de sopa) e couve folha (20g -01 fl media) -02 pegadores chelo) | Salada crua: Vinagrete -30g, 30g, 30g (1 colher servir) | Salada crua: Alface (12g -02 fl) repolho (30g -01 fl md) e tomate- 30g-03 fts) -1 pegador chelo. |
| | | Proteína: Bife de carne acebolado - 1 porção (120g) | Proteína: Frango assado na mostarda - 1 porção (150g) | Proteína: Bife de carne à parmeglana- 1 porção (120g) | Proteína: Bife de frango chapeado com cebola e cenoura em lascas - 1 porção (130g);110g/20g | Proteína: Frango assado - 1 porção (150g) | Proteína: Cozido de carne - 1 colher servir (130g); Carne:100g legumes: 20g, | Proteína: Frango chapeado c/cebola e ervas - 1 porção (130g) |
| | | Opção: Peixe desfiado - 1 colher servir (130g) | Opção: Panqueca de carne ao molho de tomate -1 und (110g - 60g ptn /40g massa - 10 ml de molho | Opção: Frango desfiado com verduras - 1 colher servir (130g) | Opção: Paçoca de carne -1 colher servir (120g) | Opção: Feijoad light - 1 concha (150g); calabresa: 60g; carne: 40g | Opção: Frango à milanesa-01 porção - 120g | Opção: Escondidinho de carne - 1 colher servir (80g); 60g de batata. - 120g |
| | | Acompanhamentos: Feijão carioca c/ Jerimum e Arroz refogado c/ cenoura - 1 concha média chela (120g) / 2 colheres servir (150g) | Acompanhamentos: Feijão preto c/ legumes e Arroz à grega - 1 concha média chela (120g) / 2 colheres servir (150g) | Acompanhamentos: Feijão verde c/ chelo verde e Arroz refogado com alho e açafrão - 1 concha média chela (100g) / 2 colheres servir (150g) | Acompanhamentos: Feijão carioca e Arroz refogado com chelo verde - 1 concha média chela (120g) / 2 colheres servir (150g) | Acompanhamentos: Feijão preto e Arroz refogado branco - 1 concha média chela (120g) / 2 colheres servir (150g) | Acompanhamentos: Feijão branco enfarofado e Arroz refogado com cenoura - 1 concha média chela (100g) / 2 colheres servir (150g). | Acompanhamentos: Feijão branco enfarofado e Arroz refogado com vagem - 1 concha média chela (120g) / 2 colheres servir (150g) |
| | | Guarnição: Farofa de alho - 1 colher servir (30g) | Guarnição: Seleta de legumes: cenoura - 25g (01 C de sopa); batata Inglesa- 30g (01 C de sopa); chuchu - 25g (01C de sopa). | Guarnição: Batatas ao forno - 1 colher servir (100g) | Guarnição: Purê de Jerimum: - 1 concha (90g) | Guarnição: Farofa de soja - 1 colher servir (30g) | Guarnição: Pirão de carne - 1 concha (90g) | Guarnição: Espaguete ao molho de tomate - 1 pegada chela (80g) |
| Bebida: Suco caju - 1 copo (250ml) | Bebida: Suco de goiaba - 1 copo (250ml) | Bebida: Suco de cajá - 1 copo (250ml) | Bebida: Suco de acerola - 1 copo (250ml) | Bebida: Suco de goiaba - 1 copo (250ml) | Bebida: Suco de acerola - 1 copo (250ml) | Bebida: Suco de cajá - 1 copo (250ml) | | |
| 18h00min | JANTAR (875kcal) | Proteína: Frango torrado -1 porção (120g) | Proteína: Estrogonoffe de frango - 1 colher servir chela (120g); 100g frango/20g legumes. | Proteína: Almondogas de carne ao sugo (04und-100g) adição de 20g de molho | Proteína: Frango à milanesa - 1 porção (120g) | Proteína: Picadinho de carne com cenoura e chuchut (100g/10g/10g) Porção 120g | Proteína :Panqueca de carne ao molho de tomate - 1 und (80g -50g ptn /30g massa - 10 mL de molho | Proteína: Paçoca de carne de sol: (90g de carne,10g de cebola, 20g de farinha); Porção de 110g |
| | | Opção: Carne desfiada com cebolas-1 colher servir (80g) | Opção: Sopa de carne c/ macarrão e legumes - 1 concha (300ml) - 50g proteína, legumes - 75g; macarrão 20g | Opção: Peito de frango grelhado - 1 porção (100g) | Opção: Ratatouille com carne moída* - 1 Colher servir (80g) | Opção: Lasanha mista ao molho branco - 1 colher servir (130g); Massa:60g carne:40g, presunto/presunto - 30g | Opção: Creme de galinha - 1 colher servir (100g) | Opção: Canja de frango - 1 concha (300g); 50g proteína, legumes: 75g, arroz 25g |
| | | Guarnições: Cuscuz refogado - 1 colher servir (100g) /Macaxeira cozida c/ ervas (80g) | Guarnições: Batata sauté - 3 rodela P (60g)/ Arroz refogado no alho - 1 colher servir (80g). | Guarnições: Arroz refogado na vagem - 1 colher servir rasa (60g)/ Parafuso ao sugo - 1 pegada - (80g) | Guarnições: Arroz refogado branco - 1 C servir rasa (80g) /Purê de batata - 1 colher servir (80g) | Guarnições: Arroz refogado com passas - 1 colher servir rasa (80g)/Batata doce 3 rodela P (60g) | Guarnições: Arroz refogado - 1 colher de servir (100g)/ Sufê de cenoura - 1 colher servir (60g) | Guarnições: Arroz de leite da terra - 1 colher de servir (100g)/Inhame - 1 rodela M (80g) |
| | | Bebida: Café(150ml) c/ leite(100ml) - 01 copo de 250ml | Bebida: Suco de maracujá - 1 copo (250ml) | Bebida: Café c/ leite - 200ml - 01 xícara | Bebida: Suco de acerola - 1 copo (250ml) | Bebida: Café c/ leite - 200ml - 01 xícara | Bebida: Suco de caju- 1 copo (250ml) | Bebida: Suco de acerola - 1 copo (250ml) |
| | | Fruta: Maçã - 1 uni M (100g) | Fruta: Abacaxi - 1 ft M (100g) | Fruta: Banana - 1 uni M (85g) | Fruta: Melancia - 1 fatia M (120g) | Fruta: Banana - 1 uni md (85g) | Fruta: Maçã - 1 uni M (100g) | Fruta: Abacaxi - 1 und md (100g) |
| 20h00min | CEIA (350Kcal) | Taploca com chia - 1 uni md (100g/2g) | Pão francês - 1 uni média (50g) | Macaxeira cozida c/ ervas - 80g | Papa de aveia - 1 copo (150ml) | Pão de forma Integral - 2 fts (60g) | Pão seda - 1 und (50g) | Cuscuz temperado com tomate e cebola e chelo verde - 2 C servir (150g) |
| | | Ovo mexido - 2 und (100g) | Queijo ricota - 1 ft md (40g) | Frango desfiado: 1 C de servir chela - 80g | Ovo cozido - 2und (100g) | Queijo ricota - 1 ft md (40g) | Carne desfiada - 1 C servir (60g) | Ovo mexido - 2und (100g) |
| | | Melancia - 1 fatia M (150g) | Mamão formosa - 1 ft M (120g) | Banana - 1 uni md (85g) | Melão - 1 ft M (120g) | Melancia - 1 fatia M (150g) | Maçã - 1 uni M (100g) | Mamão - 1 ft M (120g) |
| | | Suco de cajá - 1 copo (200ml) Café - 01 copo (100ml) | Suco de acerola - 1 copo (200ml) Café - 01 copo (100ml) | Vitamina de goiaba (goiaba, leite, aveia) - 1 copo (200ml) Café - 01 copo (100ml) | Suco de cajá - 1 copo (200ml) Café - 01 copo (100ml) | Café(150ml) / Leite(100ml) - 1 copo (250ml) | Vitamina de banana c/ leite 200ml, banana-85g - 1copo (250ml) Café - 01 copo (150ml) | Café(150ml) / Leite(100ml) - 1 copo (250ml) |

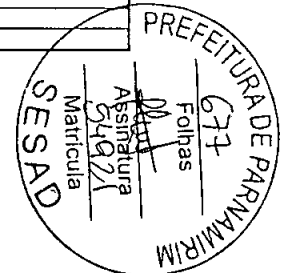
OBS 1 OS ITENS SERÃO ALTERADOS DE ACORDO COM A ACEITAÇÃO DOS COMENSIAIS E SOLICITAÇÃO DA EQUIPE DE NUTRIÇÃO DA UPA.

OBS 2 AS PREPARAÇÕES PODEM SER DISTRIBUIDAS CONFORME ACEITAÇÃO.

OBS 3 INGREDIENTES RATATOULLI DE CARNE MOÍDA: Tomate (01 und- 20g),beringela (1/2 und - 30g), abobrinha (1/2 und- 30g) carne bovina patinho -80g, alho e cebola e sal á gosto.

OBS 4 PER CAPTAS E MEDIDAS CASEIRAS BASEADOS NOS LIVROS: " Alimentos Per capita" e Tabela de composição química dos alimentos e medidas caseiras .

Thuaney Kaline Bonfim de Oliveira
 THUANY KALINE BONFIM DE OLIVEIRA
 CRN N° 10554



PJ REFEIÇÕES COLETIVAS
UNIDADES DE SAÚDE DE PARNAMIRIM
CARDÁPIO SERVIDOR OPÇÃO 2

VALOR CALORICO TOTAL - 2500Kcal

| HORÁRIO | REFEIÇÃO | Segunda-feira | Terça-feira | Quarta-feira | Quinta-feira | Sexta-feira | Sabado | Domíngo |
|----------|------------------|--|---|---|---|---|---|--|
| 11h30min | ALMOÇO (900kcal) | Salada crua: Rúcula(10g -02 folhas), tomate(20g-02 ft), beterraba(30g-01C de sopa) | Salada crua: Repolho, abacaxi e passas - 40g, 30g, 20g (1 colher servir) | Salada crua: Alface 12g-02 fl), beterraba (30g-01 C de sopa, cenoura (30g -01C de sopa) e tomate (20g -02 fatias) -02 pedadores | Salada fria: Repolho (30g -01 fl md, cenoura (24g -02 colheres de sopa) e couve folha (20g -01 fl media) -02 pedadores cheio) | Salada crua: Espinafre (01 c sopa), tomate(30g -03 fts) e manga -30g (01 ft P) -1 pedador cheio | Salada crua: Alface (12g -02 fl) repolho (30g -01 fl md) e tomate -30g-03 fts) -1 pedador cheio. | Salada crua: Vinagrete -30g,30g, 30g (1 colher servir) |
| | | Proteína: Estrogonofe de frango: 1 colher servir- 100gramas | Proteína: Peixe 4 milanesa - 1 bife M- 100g | Proteína: Paçoca de carne de sol (80g de carne,10g de cebola, 10g de farinha) | Proteína: Bife de frango chapeado com cebola e cenoura em lascas - 1 porção (100g) | Proteína: Frango assado - 1 porção (120g) | Proteína: churrasco misto (carne 40g, calabresa 30g, frango 30g) | Proteína: Frango assado - 1 porção (120g) |
| | | Opção: Lombo recheado c/ cenoura - 90g carne/ 20g cenoura-01 bife M | Opção: Frango desfiado/ verduras - 80g ptn/ 20g de cenoura, milho e ervilha | Opção: Frango á cordon bleu - 120g frango, 10g de queijo, farinha p/ empanar: 10g | Opção:lasanha á bolonhesa: 60g de ptn, 40g de massa, 20g de queijo , 10g molho | Opção: Cozido de carne- (120g) | Opção: Lasanha de frango mista- 60g ptn; 40g massa; 20g de queijo; 10 de molho | Opção: Escondidinho de carne - 1 colher servir (80g); 60g ptn; batata - 120g |
| | | Acompanhamentos: Feijão carioca c/ Jerimum - 1 concha média chela (100g) Arroz refogado c/ cenoura -2 colheres de servir média chela (120g). | Acompanhamentos: Feijão preto c/ legumes - 1 concha média chela (100g) Arroz á grega -02 C de servir chela - 120g | Acompanhamentos: Feijão de corda c/ chelo verde -01 concha média (100g) Arroz refogado com vagem -2C de servir chela-120g | Acompanhamentos: Feijão carioca -01 concha média (100g) Arroz refogado com chelo verde -02 C servir chela-120g | Acompanhamentos: Feijão carioca - 1 concha média (100g) Arroz refogado branco-02C de servir chela-120g | Acompanhamentos: Feijão preto c/ legumes - 1 concha média chela (100g) Arroz refogado com cenoura -02C de servir chela-120g | Acompanhamentos: Feijão branco enfarofado - 1 concha média chela (100g) Arroz refogado com açúcar-2 C de servir média chela (120g) |
| | | Guarnição: Macarrão ao alho e óleo - 2 pedadas 100g | Guarnição: Purê de macaxeira - 01 C servir- 90g | Guarnição: Batata palha - 01 porção - 20g | Guarnição: Batata doce -04 fatias- 80g | Guarnição: Farofa de soja- 2 C de sopa chelas - 30g | Guarnição: Pirão de carne - 01 C servir chela - 90g | Guarnição: Espaguete ao molho de tomate -02 pedadas 100g |
| | | Bebida: Suco de maracujá - 250 ml (1 copo) | Bebida: Suco de acerola - 250ml (01 copo) | Bebida: Suco de cajá - 250 ml - 01 copo | Bebida: Suco de acerola - 250 ml 01 copo | Bebida: Suco de goiaba - 250ml 01 copo | Bebida: Suco de goiaba -250ml 01 copo | Bebida: Suco de cajá -250ml-01 copo |
| 18h00min | JANTAR (875kcal) | Opção: Carne desfiada com cebolas-1 colher servir (100g), cebolas 20g | Proteína: Peto de frango grelhado - 1 bife médio (100g) | Proteína: Estrogonofe de carne: 100g | Proteína: Frango á parmeglana - 120 gramas - 01 bifés grande | Proteína: Creme de galinha - 1 colher servir (100g) | Proteína: Lasanha mista ao molho branco - 1 colher servir (150g) | Opção: Guisado de carne - 100g -01 Concha chela |
| | | Proteína: Canja de frango - 1 concha (300ml): 50g proteina, legumes: 75g, arroz 20g | Opção: Sopa de carne c/ macarrão e legumes - 1 concha (300ml) - 50g proteina, legumes: 75g, macarrão - 20g | Opção: Frango assado: 120g | Opção: Sopa de carne c/ macarrão e legumes - 1 concha (300ml) - carne 50g; legumes - 100g | Opção: Churrasco misto de carne com calabresa - 100g -01 Concha chela | Opção: Sopa de frango c/ macarrão e legumes - 1 concha (300ml)- 50g ptn; legumes: 75g, macarrão 20g | Opção: Enfornado de frango com batata - frango (60g); batatas (80g) |
| | | Guarnições: Macaxeira cozida amanteigada - 1 Colher servir chela (120g) Cuscuz refogado - 1 C de servir chela (120g) | Guarnições: Macarrão ao alho e óleo -02 pedadas (120g) Arroz refogado no alho - 01 C grande (100g) | Guarnições: Parafuso ao sugo e óleo - 2 pedada (120g) Arroz refogado na vagem - 1 C grande (100g) | Guarnições: Purê de batatas - 1 C de servir chela (120g) Espaguete ao sugo -02 pedadas medias (100g) | Guarnições: Purê de batata doce - 1 C de servir chela (120g) Arroz refogado com alho e cenoura - 1 C de servir rasa (100g). | Guarnições: Batata palha - 20g -01 porção Arroz refogado branco - 1 C de servir rasa (100g) | Guarnições: Cuscuz amanteigado - 1 C de servir (120g) Macaxeira c/ ervas - 1 C servir chela (100g) |
| | | Bebida: Café c/ leite - 200ml - 01 xícara | Bebida: Suco de cajá - 01 copo 250ml | Bebida: Café c/ leite - 200ml - 01 xícara | Bebida: Suco de maracujá -01 copo 250ml | Bebida: Café c/ leite - 200ml - 01 xícara | Bebida: Suco de maracujá -01 copo 250ml | Bebida: Café c/ leite - 200ml - 01 xícara |
| | | Fruta: Maçã - 1 uni md (100g) | Fruta: Abacaxi - 1 ft md (100g) | Fruta: Banana - 1 uni md (85g) | Fruta: Melancia - 1 fatia M (150g) | Fruta: Banana - 1 uni md (85g) | Fruta: Maçã - 1 uni md (100g) | Fruta: Abacaxi - 1 und md (100g) |
| 20h00min | CEIA (350Kcal) | Crepioca - 1 und (50g ovo/100g goma) | Pão assado - 1 und (50g) | Bolo simples- 1 fatia (100g) | Mungunzá - 1 copo (200ml) | Cuscuz - 80g | Pão seda - 1 und (50g) | Tapioca c/ manteiga - 1 und (100g)/ manteiga 15g |
| | | Queijo ricota - 1 fatia (40g) | Carne desfiada - 1 C sopa chela (60g) | Omelete de verduras - 65g | Ovo cozido - 1 uni (50g) | Ovos mexidos: 01und (50g) | Creme de ricota -1 colher sopa (60g) | Frango desfiado - 1 C sopa chela (60g) |
| | | Mamão formosa - 1 fatia M (120g) | Melão - 1 fatia M (100g) | Vitamina de banana -1 copo 250ml (150ml leite/85g banana) | Maçã - 1 und (100g) | Melancia 1 fatia M (150g) | Mamão-1 fatia (100g) | Melancia 1 fatia M (150g) |
| | | Café / Leite - 1 copo (150mL / 100mL) | Café / Leite - 1 copo (150mL / 100mL) | Café -01 copo(150ml) | Café / Leite - 1 copo (150mL / 100mL) | Café / Leite - 1 copo (150mL / 100mL) | Café / Leite - 1 copo (150mL / 100mL) | Café / Leite - 1 copo (150mL / 100mL) |

OBS 1 OS ITENS SERÃO ALTERADOS DE ACORDO COM A ACEITAÇÃO DOS COMENSAIS E SOLICITAÇÃO DA EQUIPE DE NUTRIÇÃO DA UPA.

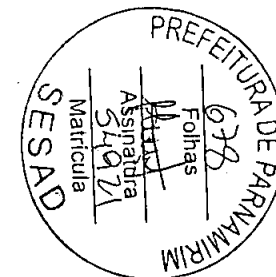
OBS 2 AS PREPARAÇÕES PODEM SER DISTRIBUÍDAS CONFORME ACEITAÇÃO.

OBS 3 INGREDIENTES FRANGO Á CORDON BLEU: FILÉ DE FRANGO (01 bife -100g); SAL Á GOSTO, QUEIJO MUSSARELA - (01 fatia - 20g); FARINHA DE ROSCA PARA EMPANAR, OLEO PARA FRITAR.

OBS 4 PER CAPTAS E MEDIDAS CASEIRAS BASEADOS NOS LIVROS: " Alimentos Per capita" e Tabela de composição química dos alimentos e medidas caseiras .

THUANY KALINE BONFIM DE OLIVEIRA

CRN N° 10554



PJ REFEIÇÕES COLETIVAS
UNIDADES DE SAÚDE DE PARNAMIRIM
CARDÁPIO ACOMPANHANTES OPÇÃO 1

VALOR CALORICO TOTAL - 2000Kcal

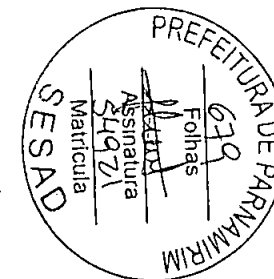
| HORÁRIO | REFEIÇÃO | Segunda-feira | Terça-feira | Quarta-feira | Quinta-feira | Sexta-feira | Sabado | Domíngo |
|-----------|-----------------------|---|--|---|--|--|---|---|
| 06h:00min | DESJEJUM (375kcal) | Tapoca com chia - 1 uní md (100g/2g) | Pão francês - 1 uní média (50g) | Batata doce - 4 rodela M 100g | Papa de aveia - 1 copo (150ml) | Pão de forma Integral - 2 fts (60g) | Pão seda - 1 und (50g) | Cuscuz temperado com tomate e cebola e cheiro verde - 2 C servir (150g) |
| | | Ovo mexido - 2 und (100g) | Queijo ricota - 1 ft M (40g) | Frango desfiado: 01C de servir G- 80g | Ovo cozido - 2 und (100g) | Queijo ricota - 1 ft md (40g) | Carne desfiada - 1 C servir (60g) | Ovo mexido - 2 und (100g) |
| | | Melancla - 1 fatia M (150g) | Mamão formosa - 1 ft M (120g) | Banana - 1 uní md (85g) | Melão - 1 ft M (120g) | Melancla - 1 fatia M (150g) | Maçã - 1 uní md (100g) | Mamão - 1 ft M (120g) |
| | | Suco de cajá - 1 copo (200ml) Café - 01 copo (50ml) | Suco de acerola - 1 copo (200ml) Café - 01 copo (50ml) | Vitamina de goiaba (goiaba, leite, aveia) - 1 copo (200ml) Café - 01 copo (50ml) | Suco de cajá - 1 copo (200ml) Café - 01 copo (50ml) | Café / Leite - 1 copo (150ml / 100ml) | Vitamina de banana Leite - 150ml, banana - 85g - 1 copo (200ml) Café - 01 copo (50ml) | Café (150ml / Leite (100ml) - 1 copo (250ml) |
| 11h30min | ALMOÇO (750kcal) | Salada crua: Rúcula, tomate, beterraba temperados - 10g, 30g, 50g (3folhas, 1 colher sopa chela, 2 colher sopa chela) | Salada crua: Alface, tomate, cebola temperados - 12g (02 fl), 20g (02 ft g), 20g, 1 pegador cheilo. | Salada crua: Beterraba c/ cenoura raladas - 45g, 45g (1 colher servir) | Salada crua: Espinafre (01 c sopa), tomate (30g - 03 fts) e manga - 30g (01 ft P) - 1 pegador cheilo | Salada fria: Repolho (30g - 01 fl md, cenoura (24g - 02 colheres de sopa) e couve folha (20g - 01 fl media) - 02 pegadores cheilo) | Salada crua: Vinagrete - 30g, 30g, 30g (1 colher servir) | Salada crua: Alface (12g - 02 fl) repolho (30g - 01 fl md) e tomate - 30g - 03 fts) - 1 pegador cheilo. |
| | | Proteína: Bife de carne acebolado - 1 porção (100g) | Proteína: Frango assado na mostarda - 1 porção (120g) | Proteína: Bife de carne à parmeglana - 1 porção (100g) | Proteína: Bife de frango chapeado com cebola e cenoura em lascas - 1 porção (100g) | Proteína: Frango assado - 1 porção (120g) | Proteína: Cozido de carne - 1 colher servir (120g) | Proteína: Frango chapeado c/cebola e ervas - 1 porção m (100g) |
| | | Opção: Peixe desfiado - 1 colher servir rasa (100g) | Opção: Panqueca de carne ao molho de tomate - 1 und (80g - 50g ptn /30g massa) | Opção: Frango desfiado com verduras - 1 colher servir (80g) | Opção: Paçoca de carne - 1 colher servir (80g) | Opção: Feljoada light - 1 concha (120g); calabresa: 60g; carne: 40g | Opção: Lasanha de frango: 60g ptn; 40g massa - 100g | Opção: Escondidinho de carne - 1 colher servir (80g); 60g ptn; batata - 60g |
| | | Acompanhamentos: Feijão carioca c/ Jerimum e Arroz refogado c/ cenoura - 1 concha média chela (100g) / 2 colheres servir (120g) | Acompanhamentos: Feijão preto c/ legumes e Arroz à grega - 1 concha média chela (100g) / 2 colheres servir (120g) | Acompanhamentos: Feijão verde c/ cheiro verde e Arroz refogado com alho e açafrão - 1 concha média chela (80g) / 2 colheres servir (120g) | Acompanhamentos: Feijão carioca e Arroz refogado com cheiro verde - 1 concha média chela (100g) / 2 colheres servir (120g) | Acompanhamentos: Feijão preto e Arroz refogado branco - 1 concha média chela (100g) / 2 colheres servir (120g) | Acompanhamentos: Feijão branco enfarofado e Arroz refogado com cenoura - 1 concha média chela (80g) / 2 colheres servir (120g). | Acompanhamentos: Feijão branco enfarofado e Arroz refogado com vagem - 1 concha média chela (100g) / 2 colheres servir (120g) |
| | | Guarnição: Farofa de alho - 1 colher servir (30g) | Guarnição: Seileta de legumes: cenoura - 25g (01 C de sopa); batata inglesa - 30g (01 C de sopa); chuchu - 25g (01C de sopa). | Guarnição: Batatas ao forno - 1 colher servir (100g) | Guarnição: Purê de Jerimum: - 1 concha (90g) | Guarnição: Farofa de soja - 1 colher servir (30g) | Guarnição: Pirão de carne - 1 concha (90g) | Guarnição: Espaguete ao molho de tomate - 1 pegada chela (70g) |
| | | Bebida: Suco caju - 1 copo (250ml) | Bebida: Suco de goiaba - 1 copo (250ml) | Bebida: Suco de cajá - 1 copo (250ml) | Bebida: Suco de acerola - 1 copo (250ml) | Bebida: Suco de goiaba - 1 copo (250ml) | Bebida: Suco de acerola - 1 copo (250ml) | Bebida: Suco de cajá - 1 copo (250ml) |
| 18h00min | JANTAR (650kcal) | Proteína: Frango torrado - 1 porção (180g) | Proteína: Picadinho de carne com cenoura e chuchu - 1 colher servir (120g) | Proteína: Almondegas ao sugo - 5 und (120 g) | Proteína: Frango à milanesa - 1 porção (120g) | Proteína: Estrogonoffe de frango - 1 colher servir chela (130g) | Proteína: Panqueca de carne molda - 2 und P(140g) | Proteína: Paçoca de carne de sol - 1 colher servir (120g) |
| | | Guarnições: Macaxeira cozida amanteigada - 1 C servir chela (100g) e Cuscuz refogado - 1 colher servir (100g) | Guarnições: Macarrão ao alho e óleo - 1 pegada (60g) e Arroz refogado no alho - 1 colher servir (80g) | Guarnições: Parafuso ao sugo e óleo - 1 pegada (60g) e Arroz refogado na vagem - 1 colher servir (80g) | Guarnições: Purê de batatas - 1 C servir chela (80g) e Arroz refogado branco - 1 colher servir rasa (60g) | Guarnições: Batata doce - 4 rodela medias (80g) e Arroz refogado com passas - 1 colher servir rasa (60g) | Guarnições: Arroz refogado - 1 colher de servir (100g) / Sufle de cenoura 1 colher servir (80g) | Guarnições: Inhame - 1 rodela média (80g) e Arroz de leite da terra - 1 colher de servir (100g) |
| | | Bebida: Café (150ml) c/ leite (100ml) - 01 copo de 250ml | Bebida: Suco de maracujá - 1 copo (250ml) | Bebida: Café c/ leite - 200ml - 01 xcara | Bebida: Suco de acerola - 1 copo (250ml) | Bebida: Café c/ leite - 200ml - 01 xcara | Bebida: Suco de caju - 1 copo (250ml) | Bebida: Suco de acerola - 1 copo (250ml) |
| | | Fruta: Maçã - 1 uní md (100g) | Fruta: Abacaxi - 1 ft md (100g) | Fruta: Banana - 1 uní md (85g) | Fruta: Melancla - 1 fatia G (150g) | Fruta: Banana - 1 uní md (85g) | Fruta: Maçã - 1 uní md (100g) | Fruta: Abacaxi - 1 ft md (100g) |

OBS 1 OS ITENS SERÃO ALTERADOS DE ACORDO COM A ACEITAÇÃO DOS COMENSAIS E SOLICITAÇÃO DA EQUIPE DE NUTRIÇÃO DA UP.

OBS 2 AS PREPARAÇÕES PODEM SER DISTRIBUIDAS CONFORME ACEITAÇÃO.

OBS 3 PER CAPTAS E MEDIDAS CASEIRAS BASEADOS NOS LIVROS : " Alimentos Per capita" e Tabela de composição química dos alimentos e medidas caseiras .

Thuan Kaline B. de Oliveira
THUANY KALINE BONFIM DE OLIVEIRA
 CRN N° 10554



PJ REFEIÇÕES COLETIVAS

UNIDADES DE SAÚDE DE PARNAMIRIM

CARDÁPIO ACOMPANHANTE OPÇÃO 2

VALOR CALORICO TOTAL - 2000kcal

| HORÁRIO | REFEIÇÃO | Segunda-feira | Terça-feira | Quarta-feira | Quinta-feira | Sexta-feira | Sabado | Domingo |
|-----------|--------------------|---|--|--|---|---|---|--|
| 06h:00min | DESJEJUM (375kcal) | Crepioca - 1 und (50g ovo/40g goma) | Pão assado - 1 und (50g) | Bolo simples- 1 fatia (100g) | Munguzã - 1 copo (300ml) | Cuscuz - 1 C servir rasa (80g) | Pão seda - 1 und (50g) | Tapioca c/ mantelga - 1 und (100g) |
| | | Queijo ricota - 1 fatia (40g) | Carne dasfiada - 1 C servir G (60g) | Omelete de verduras (80g) | Ovo cozido - 1 und (50g) | Ovos mexidos: 1 und (50g) | Creme de ricota - 1 colher sopa (30g) | Queijo mussarela (30g) |
| | | Mamão formosa - 1 fatia G (180g) | Melão - 1 fatia M (100g) | Vitamina de banana - 1 copo 250ml (150ml leite/85g banana) | Maçã - 1 und M (100g) | Melancia 1 fatia (100g) | Mamão - 1 fatia (100g) | Melancia - 1 fatia M (150g) |
| | | Café / Leite - 1 copo (150ml / 100ml) | Café / Leite - 1 copo (150ml / 100ml) | Café / Leite - 1 copo (150ml / 100ml) | Café / Leite - 1 copo (150ml / 100ml) | Café / Leite - 1 copo (150ml / 100ml) | Café / Leite - 1 copo (150ml / 100ml) | Café / Leite - 1 copo (150ml / 100ml) |
| 11h30min | ALMOÇO (750kcal) | Salada crua: Rúcula (10g - 02 folhas), tomate (20g - 02 ft), beterraba (30g - 01 C de sopa) | Salada crua: Repolho, abacaxi e passas - 40g, 30g, 20g (1 colher servir) | Salada crua: Alface 12g - 02 fl, beterraba (30g - 01 C de sopa, cenoura (30g - 01 C de sopa) e tomate (20g - 02 fatias) - 02 pegadores | Salada fria: Repolho (30g - 01 fl md, cenoura (24g - 02 colheres de sopa) e couve folha (20g - 01 fl media) - 02 pegadores chelo) | Salada crua: Espinafre (01 c sopa), tomate (30g - 03 fts) e manga - 30g (01 ft P) - 1 pegador chelo | Salada crua: Alface (12g - 02 fl) repolho (30g - 01 fl md) e tomate - 30g - 03 fts - 1 pegador chelo. | Salada crua: Vinagrete - 30g, 30g, 30g (1 colher servir) |
| | | Proteína: Bife de carne acebolado - 1 porção (120g) | Proteína: Frango assado na mostarda - 1 porção (150g) | Proteína: Bife de carne à parmegiana - 1 porção (120g) | Proteína: Bife de frango chapeado com cebola e cenoura em lascas - 1 porção (130g) | Proteína: Frango assado - 1 porção (150g) | Proteína: Cozido de carne - 1 colher servir (130g) | Proteína: Frango chapeado c/cebola e ervas - 1 porção (130g) |
| | | Opção: Peixe desfiado - 1 colher servir (130g) | Opção: Panqueca de carne ao molho de tomate - 1 und (100g - 60g ptn / 40g massa) | Opção: Frango desfiado com verduras - 1 colher servir (120g) | Opção: paçoca de carne - 1 colher servir (120g) | Opção: Feijoad light - 1 concha (150g); calabresa: 60g; carne: 40g | Opção: Lasanha de frango: 70g - ; 50g massa - 120g | Opção: Escondidinho de carne - 1 colher servir (80g); 60g de batata, - 120g |
| | | Guarnição: Macarrão ao alho e óleo - 02 pegador 150g | Guarnição: Purê de macaxeira - 01 C servir - 100g | Guarnição: Batata palha - 01 porção - 40g | Guarnição: Batata doce - 04 fatias - 80g | Guarnição: Farofa de soja - 02 C de sopa chelas - 28g | Guarnição: Pirão de carne - 01 C servir cheia - 100g | Guarnição: Espaguete ao molho de tomate - 02 pegador 150g |
| | | Bebida: Suco de maracujá - 250 ml (1 copo) | Bebida: Suco de acerola - 250ml (01 copo) | Bebida: Suco de cajá - 250 ml - 01 copo | Bebida: Suco de acerola - 250 ml 01 copo | Bebida: Suco de goiaba - 250ml 01 copo | Bebida: Suco de goiaba - 250ml 01 copo | Bebida: Suco de cajá - 250ml - 01 copo |
| 18h00min | JANTAR (650kcal) | Proteína: Carne desfiada com cebolas - 1 colher servir (100g), cebolas 20g | Proteína: Peito de frango grelhado - 1 bife M (120g) | Proteína: Lasanha mista ao molho branco - 1 porção média (120g) | Proteína: Frango à parmegiana - 1 bife M (120g) | Proteína: Creme de galinha - 1 colher servir chela (120g) | Proteína: Estrogonoff de carne - 1 C servir chela (120g) | Opção: Gulsado de carne - 1 C servir chela (120g) |
| | | Guarnições: Macaxeira cozida amanteigada c/ ervas (80g) - 2 C médias. | Guarnições: Macarrão ao alho e óleo - 1 pegada rasa (60g) Arroz refogado no alho - 1 C servir rasa (60g) | Guarnições: Batata palha 01 porção (20g) Arroz refogado branco - 1 C de servir rasa (60g) | Guarnições: Purê de batatas - 2 C de servir rasa (100g) Espaguete ao sugo - 1 pegada rasa (60g) | Guarnições: Purê de batata doce - 2 C de servir (120g) Arroz refogado com alho e cenoura - 1 C de servir (60g). | Guarnições: Batata palha 1 porção (20g) Arroz refogado branco - 2 C de servir (120g) | Guarnições: Cuscuz amanteigado - 02 .C de servir 140g Macaxeira cozida - 2 C médias (100g) |
| | | Bebida: Café c/ leite - 200ml - 01 xícara | Bebida: Suco de cajá - 01 copo 250ml | Bebida: Café c/ leite - 200ml - 01 xícara | Bebida: Suco de maracujá - 01 copo 250ml | Bebida: Café c/ leite - 200ml - 01 xícara | Bebida: Suco de maracujá - 01 copo 250ml | Bebida: Café c/ leite - 200ml - 01 xícara |
| | | Fruta: Maçã - 1 und md (100g) | Fruta: Abacaxi - 1 ft md (100g) | Fruta: Banana - 1 und md (85g) | Fruta: Melancia - 1 fatia M (150g) | Fruta: Banana - 1 und md (85g) | Fruta: Maçã - 1 und md (100g) | Fruta: Abacaxi - 1 und md (100g) |

OBS 1 OS ITENS SERÃO ALTERADOS DE ACORDO COM A ACEITAÇÃO DOS COMENSAIS E SOLICITAÇÃO DA EQUIPE DE NUTRIÇÃO DA UPA.

OBS 2 AS PREPARAÇÕES PODEM SER DISTRIBUIDAS CONFORME ACEITAÇÃO.

OBS 3 PER CAPTAS E MEDIDAS CASEIRAS BASEADOS NOS LIVROS: " Alimentos Per capita" e Tabela de composição química dos alimentos e medidas caseiras.

Thuanly Kaline Bonfim de Oliveira
 THUANLY KALINE BONFIM DE OLIVEIRA
 CRN N° 10554

