

## CARDÁPIO PAM COM OPÇÕES

### CARDÁPIO DIÁRIO

#### segunda-feira

Tipos de dieta	100 gramas (prato principal)	50-80 gramas (guarnição)	Salada (40 gramas)	Arroz (70 gramas)	Feijão (40 gramas)	Sobremessa (100ml)
<b>Livre</b>	filé de frango grelhado c/ pouco sal	Vagem refogada	Alface / tomate /Milho verde	Simple	Inteiro	Banana Prata
<b>Branda</b>	filé de frango grelhado c/ pouco sal	Vagem refogada	Beterraba cozida / Tomate sem pele	Simple bem cozido	Batido	Banana Prata
<b>Hipossódica</b>	filé de frango grelhado c/ pouco sal	Vagem refogada	Alface / tomate / Cenoura ralada	Sem sal	Inteiro	Banana Prata
<b>IRC/IRA</b>	filé de frango grelhado c/ pouco sal	Vagem refogada	Alface / tomate / Cenoura cozida em cubos	Sem sal	Inteiro	Gelatina
<b>Pastosa</b>	filé de frango cozido c/ pouco sal	Cenoura amarela refogada liquidificada		Simple bem cozido	Batido	Banana Prata
<b>Constipante</b>	filé de frango grelhado c/ pouco sal	Vagem refogada	Tomate / Cenoura em cubos cozida	Simple		Banana Prata
<b>Diabetes</b>	filé de frango grelhado c/ pouco sal	Vagem refogada	Alface / tomate /Milho verde/	Simple	Inteiro	Gelatina diet
<b>Semilíquida</b>	Sopa de batata com carne liquidificada e coada					Gelatina

**CÁRDPIO DIÁRIO**

**terça-feira**

<b>Tipos de dieta</b>	<b>Prato Principal</b>	<b>Guarnição</b>	<b>Salada</b>	<b>Arroz</b>	<b>Feijão</b>	<b>Sobremessa</b>
<b>Livre</b>	Carne Moida ao molho de tomate e cebola c/ pouco sal	Polenta	Tomate / cenoura cozida / Milho verde	Simples	Inteiro	Doce de leite (barra P)
<b>Branda</b>	Carne Moida ao molho de tomate e cebola c/ pouco sal	Polenta	Tomate sem pele / cenoura cozida	Simples bem cozido	Batido	Doce de leite (barra P)
<b>Hipossódica</b>	Carne Moida ao molho de tomate e cebola c/ pouco sal	Polenta	Acelga/ tomate / cenoura cozida	Sem sal	Inteiro	Doce de leite (barra P)
<b>IRC/IRA</b>	Carne Moida ao molho de tomate e cebola c/ pouco sal	Polenta	Acelga/ tomate / cenoura cozida	Sem sal	Inteiro	Gelatina
<b>Pastosa</b>	Carne Moida ao molho de tomate e cebola c/ pouco sal	Polenta		Simples bem cozido	Batido	Doce de leite em pasta copinho
<b>Constipante</b>	Carne Moida ao molho de tomate e cebola c/ pouco sal	Genoura ralada rrefogada	Tomate sem pele / cenoura cozida	Simples		Gelatina
<b>Diabetes</b>	Carne Moida ao molho de tomate e cebola c/ pouco sal	Polenta	Acelga/ tomate / Milho verde	Simples	Inteiro	Flan diet
<b>Semilíquida</b>	Sopa de legumes com carne moida liquidificada e coada					Doce de leite em pasta copinho

**CÁRDAPIO DIÁRIO**

**Quarta-feira**

<b>Tipos de dieta</b>	<b>Prato Principal</b>	<b>Guarnição</b>	<b>Salada</b>	<b>Arroz</b>	<b>Feijão</b>	<b>Sobremessa</b>
<b>Livre</b>	Isca suina c/ pouco sal	Abóbora muranga c/cebolinha	Couve com tomate	Simples	Inteiro	Laranja (Picada copinho)
<b>Branda</b>	Isca suina c/ pouco sal	Abóbora muranga c/cebolinha	Tomate / Cenoura em cubos cozida	Simples bem cozido	Batido	Laranja (Picada copinho)
<b>Hipossódica</b>	Isca suina c/ pouco sal	Abóbora muranga c/cebolinha	Couve	Sem sal	Inteiro	Laranja (Picada copinho)
<b>IRC/IRA</b>	Isca suina c/ pouco sal	Abóbora muranga c/cebolinha	Tomate / Couve	Sem sal	Inteiro	Gelatina
<b>Pastosa</b>	Picadinho de isca suina com pouco sal	Abóbora muranga liquidificada		Simples bem cozido	Batido	Gelatina
<b>Constipante</b>	Isca suina com pouco sal	Abóbora muranga c/cebolinha	Tomate / Cenoura em cubos cozida	Simples		Gelatina
<b>Diabetes</b>	Isca suina com pouco sal	Abóbora muranga c/cebolinha	Couve com tomate	Simples	Inteiro	Gelatina
<b>Semilíquida</b>	Sopa de macarrão com frango liquidificada e coada					Gelatina

**CÁRDAPIO DIÁRIO**

	Quinta-feira					
Tipos de dieta	Prato Principal	Guarnição	Salada	Arroz	Feijão	Sobremessa
<b>Livre</b>	Isca bovina acebolado com pouco sal	Cenoura ralada refogada	Batata coz. c/ orégano alface / Tomate	Simples	Inteiro	Mamão (picado copinho)
<b>Branda</b>	Isca bovina acebolado com pouco sal	Cenoura ralada refogada	Batata coz. c/ orégano alface / Tomate	Simples bem cozido	Batido	Mamão (picado copinho)
<b>Hipossódica</b>	Isca bovina acebolado com pouco sal	Cenoura ralada refogada	Batata coz. c/ orégano alface / Tomate	Sem sal	Inteiro	Mamão (picado copinho)
<b>IRC/IRA</b>	Isca bovina acebolado com pouco sal	Cenoura ralada refogada	Batata coz. c/ orégano alface	Sem sal	Inteiro	Gelatina
<b>Pastosa</b>	Isca bovina acebolado com pouco sal	Cenoura amarela liquidificada		Simples bem cozido	Batido	Flan
<b>Constipante</b>	Isca bovina acebolado com pouco sal	Cenoura ralada refogada	Batata coz. c/ orégano	Simples		Gelatina
<b>Diabetes</b>	Isca bovina acebolado com pouco sal	Cenoura ralada refogada	Alface / Tomate / milho verde	Simples	Inteiro	Mamão (picado copinho)
<b>Semilíquida</b>	Sopa de mandioca com carne liquidificada e coada					Gelatina

**CÁRDAPIO DIÁRIO**

**sexta-feira**

<b>Tipos de dieta</b>	<b>Prato Principal</b>	<b>Guarnição</b>	<b>Salada</b>	<b>Arroz</b>	<b>Feijão</b>	<b>Sobremessa</b>
<b>Livre</b>	Musculo cozido com pouco sal	Legumes sautéé	Beterraba ralada /milho verde / Acelga	Simples	Inteiro	Arroz doce (copinho)
<b>Branda</b>	Musculo cozido com pouco sal	Legumes sautéé	Beterraba cozida / Cenoura cozida	Simples bem cozido	Batido	Arroz doce (copinho)
<b>Hipossódica</b>	Musculo cozido com pouco sal	Legumes sautéé	Beterraba ralada / Acelga	Sem sal	Inteiro	Arroz doce (copinho)
<b>IRC/IRA</b>	Musculo cozido com pouco sal	Legumes sautéé	Beterraba cozida / Acelga	Sem sal	Inteiro	Arroz doce (copinho)
<b>Pastosa</b>	Musculo cozido com pouco sal	Purê de batata		Simples bem cozido	Batido	Arroz doce (copinho)
<b>Constipante</b>	Musculo cozido com pouco sal	Legumes sautéé	Beterraba cozida / Cenoura cozida	Simples		Gelatina
<b>Diabetes</b>	Musculo cozido com pouco sal	Legumes sautéé s/ batata	Acelga / Milho verde / Tomate	Simples	Inteiro	Gelatina diet
<b>Semilíquida</b>	Purê de batata ralo com carne liquidificada e coada					Arroz doce (liquid.copinho)

**CÁRDPIO DIÁRIO**

**sábado**

<b>Tipos de dieta</b>	<b>Prato Principal</b>	<b>Guarnição</b>	<b>Salada</b>	<b>Arroz</b>	<b>Feijão</b>	<b>Sobremessa</b>
<b>Livre</b>	Picadinho de frango com pouco sal	Batata corada	Cenoura ralada / alface / vagem /	Simples	Inteiro	Doce bananinha (barra P)
<b>Branda</b>	Picadinho de frango com pouco sal	Batata corada	Cenoura cozida c/salsinha Tomate sem pele	Simples bem cozido	Batido	Doce bananinha (barra P)
<b>Hipossódica</b>	Picadinho de frango com pouco sal	Batata corada	Cenoura ralada / alface / vagem /	Sem sal	Inteiro	Doce bananinha (barra P)
<b>IRC/IRA</b>	Picadinho de frango com pouco sal	Batata corada	Cenoura cozida c/salsinha Tomate	Sem sal	Inteiro	Gelatina
<b>Pastosa</b>	Carne moida ao molho Frango desfiado	Chuchu refogado c/ cebolinha liquidificado		Simples bem cozido	Batido	Flan
<b>Constipante</b>	Picadinho de frango	Batata corada	Cenoura cozida / Batata Baroa c/ orégano	Simples		Doce bananinha (barra P)
<b>Diabetes</b>	Picadinho de frango	Chuchu refogado c/ cebolinha	Cenoura ralada / alface / vagem	Simples	Inteiro	Flan diet
<b>Semilíquida</b>	Feijão cozido com carne liquidificado e coado					Gelatina

**CÁRDPIO DIÁRIO**

**Domingo**

<b>Tipos de dieta</b>	<b>Prato Principal</b>	<b>Guarnição</b>	<b>Salada</b>	<b>Arroz</b>	<b>Feijão</b>	<b>Sobremessa</b>
<b>Livre</b>	Coxa e contra coxa assada com pouco sal	Quiabo	Tomate / Alface / Cenoura cozida	Simples	Inteiro	Melancia (picada copinho)
<b>Branda</b>	Coxa e contra coxa assada com pouco sal	Quiabo	Tomate sem pele / cenoura cozida	Simples bem cozido	Batido	Melancia (picada copinho)
<b>Hipossódica</b>	Coxa e contra coxa assada com pouco sal	Quiabo	Tomate / cheiro verde / cenoura cozida	Sem sal	Inteiro	Melancia (picada copinho)
<b>IRC/IRA</b>	Coxa e contra coxa assada com pouco sal	Quiabo	Tomate / Alface / Cenoura cozida	Sem sal	Inteiro	Flan de coco
<b>Pastosa</b>	Coxa e contra coxa assada com pouco sal	Cenoura amarela liquidificada		Simples bem cozido	Batido	Melancia (picada copinho)
<b>Constipante</b>	Coxa e contra coxa assada com pouco sal	Quiabo	Tomate / Alface / Cenoura cozida	Simples		Melancia (picada copinho)
<b>Diabetes</b>	Coxa e contra coxa assada com pouco sal	Quiabo	Tomate / Alface / Cenoura cozida	Simples	Inteiro	Flan diet
<b>Semilíquida</b>	Sopa de legumes com frango liquidificada e coada					Gelatina

<b>CARDÁPIO DIÁRIO DESJEJUM, COLAÇÃO, LANCHE TARDE, JANTAR E CEIA</b>				
<b>Tipos de dieta</b>	<b>Desjejum 8:00h</b>	<b>Almoço 12:00h</b>	<b>Lanche tarde 16:00h</b>	<b>Jantar 20:00h</b>
<b>Livre</b>	Café (c/ s/ açúcar) com Leite (200ml) e Achocolatado 200ml Pão doce e Francês c/ margarina (50g)	<b>Cardápio anexo</b>	Café 50ml(c/ s/ açúcar) e Leite e Achocolatado 200ml Pão doce c/ margarina (50g)	Sopa de macarão com carne moida e legumes ou Caldo de mandioca
<b>Branda</b>	Café (c/ s/ açúcar) com Leite (200ml) e Achocolatado 200ml Pão doce e Francês c/ margarina (50g)		Café 50ml(c/ s/ açúcar) e Leite e Achocolatado 200ml Pão doce c/ margarina (50g)	Sopa de macarão com carne moida e legumes ou Caldo de mandioca
<b>Hipossódica</b>	Café (c/ s/ açúcar) com Leite (200ml) e Achocolatado 200ml Pão doce e Francês c/ margarina sem sal (50g)		Café (c/ s/ açúcar) 50ml e Leite e Achocolatado Pão doce ou Francês c/ margarina sem sal (50g)	Sopa de macarão com carne moida e legumes ou caldo de mandioca c/ pouco sal
<b>IRC/IRA</b>	Café (c/ s/ açúcar) com Leite (200ml) e Achocolatado 200ml Pão doce e Francês c/ margarina sem sal (50g)		Café (c/ s/ açúcar) 50ml e Leite e Achocolatado Pão doce ou Francês c/ margarina sem sal (50g)	Sopa de macarão com carne moida, batata e cenoura ou Caldo de mandioca c/ pouco sal
<b>Pastosa</b>	Café (c/ s/ açúcar) com Leite (200ml) e Achocolatado 200ml Pão doce e Francês c/ margarina (50g)		Café 50ml(c/ s/ açúcar) e Leite e Achocolatado 200ml Pão doce c/ margarina (50g)	Sopa de macarão com carne moida e legumes ou caldo de mandioca liquidificada
<b>Constipante</b>	Café com leite 200 ml ou chá (c/ s/ açúcar) 200ml Pão doce ou francês c/ margarina (50g)		Café 50ml ou chá (c/ s/ açúcar) 200ml Pão doce c/ margarina (50g)	Sopa de macarão com carne moida e legumes ou Caldo de mandioca
<b>Diabetes</b>	Café com leite 200 ml ou chá (c/ s/ açúcar) 200ml Pão doce ou francês c/ margarina (50g)		Café 50ml ou chá (c/ adoçante s/ açúcar) 200ml Pão Francês c/ margarina (50g)	Canjiquinha com carne moida ou picadinho de carne
<b>Semilíquida</b>	Mingau de aveia ou mingau de fubá ou mingau de maisena		Mingau de aveia ou mingau de fubá ou mingau de maisena	Sopa de legumes com carne ou caldo de mandioca liquidificada e coada

Fornecer adoçante em sachê ao paciente / Substituir o leite comum pelo leite de soja quando o paciente tiver intolerância ao leite de vaca / Fornecer ao paciente no desjejum e lanche da tarde potinho de manteiga (10g) com e sem sal desde que o mesmo não esteja em dieta constipante

Marmitex nº 8