

ADEQUAÇÃO DE CARDÁPIO – Dieta anti-inflamatória

Descrição: doenças inflamatórias como bronquite e demartite ou diversas alergias, podem apresentar remissão dos sintomas quando o seu tratamento é conciliado com dieta saudável e com baixo consumo de substâncias inflamatórias.

Objetivos da dieta: Excluir alimentos inflamatórios da dieta

Excluir	Substituir por	Outras orientações
1) Salsicha	1) Carne bovina ou frango	Separar os utensílios das preparações para que não haja contaminação cruzada;
2) Leite + Compostos lácteos	2) Formula de soja + Achocolatado diet	Observar a lista de ingredientes dos alimentos para que não haja a presença dos alérgenos;
3) Macarrão ao molho	3) Arroz	Separar anteriormente porção de outra carne para o preparo no dia que a salsicha estiver no cardápio
4) Alimentos com corante em datas comemorativas	4) Receitas/Alimentos especiais	Observar outros alérgenos da ORIENTAÇÃO INDIVIDUAL

CARDÁPIO

	BERÇÁRIO MATERNAL	PRÉ-ESCOLA FUNDAMENTAL / EJA I
Almoço	Arroz e Feijão Carne sem colorífico e sem molho de tomate Legumes / verduras	Arroz e Feijão Carne sem colorífico e sem molho de tomate Legumes / verduras
Sobremesa	Fruta	Fruta
Lanche	Fruta + Fórmula de soja	Fruta + Fórmula de soja com achocolatado diet
Pré-janta	Sopa (sem macarrão) com carne e legumes ou Canja	


 Isabel Santana Correia da Silva
 RG: 23.236.169-1
 Chefe de Divisão de Nutrição